

Hojas del Sendero

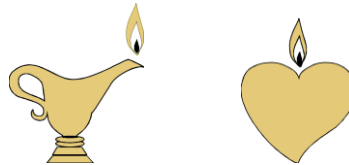
ORGANO DE DIFUSION BIMESTRAL DEL
CENTRO FRATERNIDAD ROSACRUZ DE MEXICO
PARA EL ESTUDIO Y DISEMINACION DE LAS
ENSEÑANZAS ROSACRUCES MISTICAS ESOTERICAS.

AÑO 13 NÚMERO 2.

Calle Hacienda El Loto 1 # 19-A Manzana 90 Lote 20-A Col.
Hacienda Real de Tultepec, Tultepec, Edo. de México CP 54987
www.rosacruzmexico.org

Sumario	
Las Enseñanzas Rosacruces	1
Escritos de Max Heindel (Filosofía Rosacruz)	3
Mensaje del Presidente	5
Sección Infantil	6
Actividades del Centro	7
Libros a la Venta	8
Sección Devocional	9
Alimentación Natural y Salud	10
Aforismos y Escritos de Max Heindel	11
Mensaje Final	12

LAS ENSEÑANZAS ROSACRUCES DE LA SABIDURIA OCCIDENTAL



1." MISION: Diseminar la Enseñanza Cristiana Esotérica como fue dada por los Hermanos Mayores de la Orden Rosacruz al mundo." Este mensaje es promulgado por medio de programas educativos, Servicios devocionales, la dieta vegetariana, la Regeneración y el trabajo espiritual de curación. La Fraternidad se dedica a preservar las Enseñanzas como fueron dadas por el Hermano Mayor a nuestro amado Instructor Max Heindel y mantienen un centro de curación espiritual, realizan servicios devocionales y programas educativos que promueven la enseñanza espiritual esotérica tal como se encuentra en el Concepto Rosacruz del Cosmos y en otros libros del mismo autor.

2. ERA DE ACUARIO "A la Fraternidad Rosacruz se le ha encargado por parte de los Hermanos Mayores, la misión de promulgar el Evangelio de la era de Acuario y de conducir una campaña de educación e iluminación, de modo que el mundo esté preparado para lo que le espera"

3. "LEMA ROSACRUZ: mente pura, corazón noble y cuerpo sano." Estas enseñanzas que son gratuitas, dan esperanza de un renacimiento físico mejor en nuestra próxima reencarnación; así pues, los Probacionistas, los Estudiantes Regulares y los Preliminares, en ese orden estamos trabajando para alcanzar una percepción de luz interior, que nos permita vislumbrar la obra de nuestro Padre Celestial, reflejada como una sombra maravillosa en toda manifestación física.

Es también por esta luz que percibimos con diversos matices, de acuerdo a cada nivel de conciencia, el Sendero de Luz que nuestro amado salvador y maestro Cristo-Jesús nos delineó con perfecta claridad.

"Usted es un Ego, Una chispa espiritual de Dios, y dentro de ella se manifiestan todas las posibilidades divinas. Usted es un Ego a imagen y semejanza de Dios," pero, los poderes del Ego están latentes únicamente. En las enseñanzas Rosacruces se señala un Sendero, el cual conduce al desarrollo de las cualidades divinas, de una manera equilibrada, y al mismo tiempo, entona su conciencia con los planos material y espiritual, para que haya más armonía en todas las fases de su vida.

4. SU FUNCION: Estas Enseñanzas y su aplicación en la propia vida emancipan y fortalecen a cada Alma para que aprenda a sostenerse sola de tal manera que no necesite guía. Este conocimiento le ayudara a evitar muchos errores, proporcionará seguridad al actuar y dará fe y valor para enfrentarse a la vida y sus vicisitudes, con la paz, el equilibrio y la confianza que nacen del conocimiento, la comprensión y la devoción.

5- SUS INTEGRANTES: La Fraternidad Rosacruz esta integrada por hombres y mujeres de todas las edades que estudian la Filosofía Rosacruz, Enseñanza Cristiana y Mística que presenta conocimientos profundos de los misterios Cristianos y establece un punto de enlace común entre el arte, la religión y la ciencia conocida como la Enseñanza de la Sabiduría Occidental.

6- LITERATURA: Nuestro amado Instructor escribió en 1909 el Concepto Rosacruz del Cosmos. Usted necesitará un ejemplar de ese libro para contestar las lecciones de Filosofía Rosacruz, teniendo nuestro amado Instructor otros libros con los que puede enriquecer su estudio y se mencionan en la sección "Libros a la venta"

7- SERVICIO Y FIDELIDAD: Palabras clave de las Enseñanzas Rosacruces para la elaboración del Dorado Traje Nupcial del que el Apóstol Pablo llamo Soma Psuchicon, donde agradecemos a Dios la oportunidad de asistir a la capillita del Centro todos los domingos, brindando a nuestros semejantes "Pensamientos y sentimientos amorosos de bien y de ayuda para todos, concentrándonos especialmente en enfermos, niños abandonados, gente solitaria y pobre"

Para los miembros del Centro, estudiantes de los cursos de Filosofía, el domingo considerado "Día del Señor", es de notoria trascendencia como se explica en el párrafo precedente, el llevar las buenas obras de la semana en amorosa ofrenda a nuestro Padre Celestial en agradecimiento y ayuda a los demás, lo que le trae bienestar y felicidad por el gusto de dar la ofrenda, siendo el material que se requiere en su desarrollo y así "las Rosas Florezcan Sobre Vuestra Cruz", ideal de todo estudiante de las Enseñanzas Místicas Rosacruces .

"El viene a nosotros seis meses de cada año derramando sobre nosotros su glorioso amor susurrando a nuestros corazones que lo amemos y sigamos su camino ya que es verdad y vida"

En el Centro Fraternidad Rosacruz de México, humilde colaborador autorizado de The Rosicrucian Fellowship cuya sede esta en Oceanside California se llevan a cabo aparte de los Servicios devocionales dominicales, Servicios de Curación, de Luna (Solo Probacionistas) y la celebración de los Equinoccios de primavera y otoño así como los Solsticios de verano e invierno los cuales atentamente le invitamos a asistir y participar, lo que querido amigo al pretender cambiar el modo de vida equivocada y comenzando a despertar en el crecimiento espiritual, desarrolle la parte devocional del corazón, el que unido al estudio de las lecciones le permitirá unir las dos corrientes para su futuro desarrollo. Recuerde que el Intelecto se hizo para servir los intereses más altos del espíritu.

Por favor, no se olvide de escribir claramente su nombre y dirección en toda comunicación que dirija al Centro, evitando así, posibles demoras o pérdida de sus lecciones.

"Hojas del Sendero" llega a ustedes, estudiantes de nuestra amada Filosofía, con el amor de un Grupo de Probacionistas del Centro Fraternidad Rosacruz de México, que en amoroso servicio lo elaboran en la difusión de las benditas enseñanzas Rosacruces.

Amar y seguir el ejemplo del compasivo Arcángel, Cristo-Jesús que es nuestro ideal y meta. Iremos paso a paso con dedicación esfuerzo, paciencia y perseverancia para los que buscamos, como la samaritana, el sendero de luz, que lo encontremos mas prontamente juntos. Deseándole todo género de alegría y felicidad que constituyen la recompensa de todo estudiante espiritual.

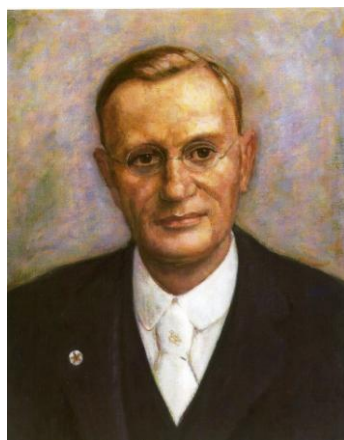


Que la verdad le ilumine, el amor le abrase y la sabiduría lo guíe.

Sinceramente sus amigos:
Centro Fraternidad Rosacruz de México

Director: Alfredo Cabello Pacheco
Secretario: Rafael Iñiguez Herrera
Tesorero Omar Saud Salvador Hernández
Vocal: Carmela Cabello Santoyo

Recordemos que el único fracaso en nuestro camino espiritual es dejar de trabajar y de intentar.



ESCRITOS DE MAX HEINDEL

EL SIGNIFICADO CÓSMICO DE LA PASCUA PRIMERA PARTE

Toda la vida de Cristo fue una cruz y un martirio, ¿y tu Buscas para ti el descanso y el gozo? Cuanto más alto el Hombre alcanza en el espíritu, más pesadas son las cruces que a menudo encuentra, porque la pena de su destierro aumenta con la fuerza de su amor. En la mañana del Viernes Santo de 1857, Ricardo Wagner, el máximo artista del siglo XIX, estaba sentado en la galería de una villa Suiza, junto al Mar de Zurich. El panorama que le rodeaba estaba bañado con un sol glorioso; paz y buena voluntad parecían vibrar a través de la naturaleza. Toda la creación palpitaba con ruidos; el aire estaba cargado con el fragante perfume de los pinares en brote – grato bálsamo para un corazón o una mente

inquieta. Sorpresivamente, como un rayo salido de un cielo diáfano, entró en el alma profundamente mística de Wagner el recuerdo del significado ominoso de aquel día, el más oscuro y más triste del año Cristiano. Casi lo abruma la pena al contemplar el contraste. Había una marcada incongruencia entre la sonriente escena frente a él, la fácilmente observable actividad de la naturaleza, luchando hacia la renovada vida después del largo sueño invernal y la lucha de muerte de un torturado Salvador sobre una Cruz; entre el canto de vida y amor a plena voz, proveniente de miles de pequeños emplumados coristas en el bosque, en el páramo y en la pradera y los ominosos gritos de odio provenientes de una enfurecida turba que se mofaban y escarnecían al más noble ideal que el mundo jamás haya conocido; entre la maravillosa energía creativa ejercida por la naturaleza en primavera y el destructivo elemento en el hombre que dio muerte al Personaje más noble que jamás haya agraciado nuestra tierra.

Mientras Wagner meditaba sobre las incongruencias de la existencia, la pregunta se presentó por sí sola: ¿Hay alguna conexión entre la muerte del Salvador sobre la Cruz en Pascua y la vital energía que se expresa, tan pródigamente en primavera cuando la naturaleza da comienzo a la vida de un nuevo año?.

Aunque Wagner concretamente no percibió ni se dio cuenta del complejo significado de la conexión entre la muerte del Salvador y el rejuvenecimiento de la naturaleza, sin embargo, él había, sin saberlo, tropezado con la clave de uno de los más sublimes misterios que el espíritu humano enfrentara, en su peregrinaje desde el lodo hasta Dios.

En la más oscura noche del año, cuando la Tierra duerme profundamente en el frío abrazo de Boreas, cuando las actividades materiales están en su más bajo reflujo, una ola de energía espiritual lleva sobre su cresta la divina y creadora “palabra del Cielo” al místico nacimiento en Navidad; y como una nube luminosa, el impulso espiritual se cierne sobre el mundo que “no lo conoció”, pues “brilla en la oscuridad” del invierno cuando la naturaleza está paralizada y muda. Esta divina “palabra creativa” tiene un mensaje y una misión. Nació para “salvar al mundo” y “para dar su Vida por el mundo”. Por necesidad debe sacrificar su Vida a fin de lograr el rejuvenecimiento de la naturaleza. Gradualmente se entierra en el suelo y comienza a infundir su propia vital energía en los millones de semillas que yacen dormidas en la Tierra. 12 Susurra “la palabra de Vida” a los oídos de las bestias y de los pájaros, hasta que el Evangelio o las buenas nuevas han sido predicados a toda criatura. El sacrificio está totalmente consumado al momento en que el Sol cruza su nodo Este (Pascual) en el Equinoccio primaveral. Entonces la divina “palabra” creativa expira, muere sobre la cruz de la Pascua, en un sentido místico, mientras exclama un último grito triunfal: “Se ha consumado” (consummatum est).

A medida que el eco regresa a nosotros repetido muchas veces, la canción celestial de la Vida es oída también muchas veces desde la Tierra. Toda la creación entona esa canción como un himno. Un coro formado por legiones lo repite una y otra vez. Las pequeñas semillas en el seno de la Madre Tierra comienzan a germinar y brotan sus renuevos en todas direcciones. Un mosaico vivo, maravilloso, una alfombra verde adornada con flores multicolores, reemplaza la inmaculada palidez del invierno. De las tribus de pájaros y animales “la palabra de Vida” surge como una canción de amor que les impulsa a procrear. Generación y multiplicación son las palabras de pase por doquier – el Espíritu ha resucitado a una Vida más abundante.

En esta forma, en sentido místico, vemos el nacimiento, muerte y resurrección del Salvador que nos llega en el impulso espiritual que culmina con su entrada al centro del planeta en la noche de Navidad, en el Solsticio de invierno y se aleja de él en el Domingo de Resurrección, cuando la Palabra “Asciende al Trono del Padre”.

MENSAJE DEL PRESIDENTE

En toda tendencia positiva, da Dios, su amorosa ayuda elevando a quienes sufren y se quejan acercándolos a su gracia, asegurando de este modo a trasegados Egos, a su amoroso central trabajo; toca a cada Ego, elegir el camino que quiere. Durante esa tradicional dadiva, trae un seguro gozo a cada Ego. Por costumbre, se hacen ofrendas a Dios, para de este modo creer que tienen un lugar asegurado, en elevado Región Celeste. Los Querubines, cada vez que ingresan a la densa región terrestre, trabajan trastocando el denso mundo geofísico, adecuando lo afligido, a galas elevadas. Tradicionalmente los Querubines, trabajan cegando toda sensualidad del género humano, aduciendo la segregación de lo negativo.

Durante 13 dadivas divinas (son los 13 Ángeles, que trabajan el admirable, amado y elevado modo de hacer catarsis en el hombre) usan tratos a asegurada humanidad.

Hace 13 años, quiere trasegar el negro grial, con la camuflada ligereza del camaleón, para adaptarse al medio, con faces, usualmente sexuales, a la humanidad. Trasegada humanidad le espera el cataclismo aterrador; dura lección le será dada.

Hace 13 años, la cegada humanidad, pasó tras el negro grial, en base a estrepitosa, atrabancada caída, cegada humanidad caerá, bajo tremenda y aterradora tragedia. Dada esta tremenda y aterradora caída, dará tregua al dador de páz.

Acerada humanidad tracegada, durará 2 años para aceptar y asimilar su amarga experiencia.

A tan drástica tragedia dada, seguirá una acertada aceptación, dando paso a una Era de admirable compasión. Amarga aceptación cabra en su interior. Advertencia tan trasegadora, generará admirable normal amabilidad, entre los seres humanos.

Hace tres mil años, pereció gran parte de la humanidad a consecuencia del cambio climático. Aseguran ahora los sensacionalistas que se acerca otro gran cambio climático, y aseguran que será muy traumático, asegurando que, se elevará el agua, por arriba de los trece metros de altura.

Trasegada humanidad perecerá, por que no habrá alimentos; ante tan fulminante tragedia, sátrapas humanos, trataran de aprovechar tal necesidad martirizándola al negarle los alimentos, traficarán el acervo cultural.

A ceguera legendaria, ceguera espiritual

Afanosos trabajadores de Dios, tejen el destino que la humanidad merece; adhiriéndose al trabajo de ellos, fraternales hermanos; trabajan pacientemente, Espíritus de la Naturaleza, asegurando con certeza que, tratan de acercar a Dios a la humanidad.

Usual y mustiamente, trasiegos hacen labor megacentrando debacles tremendas, mediante los tejedores del destino.

Dios quiera que haya almas que tasen el trabajo de estos trasiegos.

Base divina es, que elaboremos pensamientos y sentimientos puros, y trabajemos en nuestra propia regeneración y para servir a los que sufren.

Facilitemos a Dios el trabajo acercándonos amorosamente a seguir el camino de Cristo.

Amorosamente Lucio Silente.

Fraternalmente

El Centro Fraternidad Rosacruz de México.

En amoroso Servicio a la Humanidad



SECCION INFANTIL

Del Libro Escuela Dominical

Educación Esotérica Infantil

La educación ha dirigido sus mejores esfuerzos a saturar de conocimientos al educando, sin tomar en consideración la necesidad de modelar su naturaleza emocional y afectiva de las nuevas generaciones.

Se ha basado exageradamente en la memorización de hechos y en la resolución de problemas, sin preocuparse de estructurar sólidamente el **CARACTER**. **“Recuerde que Carácter es Destino”**

En una palabra, la enseñanza a niños y jóvenes forma mentes y corazones, haciendo individuos serviciales, laboriosos, sobrios y respetuosos del dolor y del derecho de sus semejantes.

Es por eso que el Centro Fraternidad Rosacruz de México, filial de The Rosicrucian Fellowship, Oceanside California, en el deseo de contribuir a solucionar este grave problema que afecta a la vida misma y al progreso, ha dado el interés a esta sección de la Escuela Dominical Rosacruz para niños y adolescentes, para que usted en su responsabilidad como Padre o Madre, transmita a sus seres queridos, lo que será su mejor herencia, recomendando que usted a su vez persista en seguir adelante, será su mas grande tesoro para enfrentar la vida con bases seguras y les permitirá en una edad adulta, continuar con los cursos de Filosofía y Biblia.

Este sistema práctico para la enseñanza del Cristianismo Esotérico a los niños, inspirado en la Sabiduría Occidental dada a conocer por nuestro excelso Instructor Max Heindel, unifica conjuntamente el desarrollo armónico de la mente y del corazón, haciendo llegar a los niños la razón espiritual profunda, de los fenómenos más importantes del Universo que nos rodea. Cómo explicar Dios a los niños? Bajo la forma de un relato animado, con un vocabulario y un estilo al alcance de todos, esta obra maravillosa pretende dar al niño una dirección en sus reflexiones, respetando siempre su naturaleza interior y sus facultades. Los adultos encontrarán tanto enriquecimiento como los niños con la lectura de esta obra, que es un modelo en su género. Las lecciones de la Escuela Dominical Rosacruz, se han agrupado en doce capítulos, cada uno de los cuales corresponde a uno de los meses solares del año.

Es el deseo de ayudar a aquellos que quieren satisfacer esa necesidad al estar preocupados en dar una mejor formación y educación a los niños.

CLASES PARA EL

MES SOLAR DE TAURUS,

COMPRENDIDO ENTRE EL 21 DE ABRIL Y EL

21 DE MAYO, INCLUSIVE.

La palabra básica del mes es ARMONÍA. La armonía básica de Taurus y su regente Venus, se manifiesta como poder de ATRACCIÓN, que reúne las substancias y materias en forma bella. Y la COHESIÓN, que es una manifestación de la atracción que retiene juntas las formas para darles ESTABILIDAD.

CLASE DE FILOSOFÍA

Palabra-clave: BELLEZA

-¿Qué es lo que los Mensajeros de Dios nos están diciendo en este mes?

¡Niños, amaos los unos a los otros!

Hoy les voy a contar algo más, acerca de lo portentoso que es el Amor.

En la Biblia, el Libro Sagrado que nos habla de Dios, dice: "En los comienzos era el Verbo y el Verbo era con Dios". ¿Qué creen ustedes que esto significa? "En los comienzos era el Verbo", ¿Se recuerdan ustedes que cuando Dios quiso construir su Gran Universo, primero pensó en él, e hizo un cuadro en su mente y todas las chispas de Vida, grandes y pequeñas, han estado ayudándole a construir ese hermoso cuadro desde entonces? Bueno, de aquí es de donde proviene el Amor.

Cuando Dios hubo hecho el cuadro en el pensamiento, pronunció una Palabra, y dicha Palabra "Verbo" era más portentosa que todos los sonidos que nosotros podemos imaginar, antes de que todas las rosas hayan florecido en nuestra Cruz, porque su Amor estaba dentro de esta palabra. Fue dicho "Verbo" el que despertó a todas las Chispas de Vida, que habían estado durmiendo en Dios y las puso en movimiento. Esta palabra de amor está sonando todavía en el Universo y todos sus hijos están aprendiendo el modo de usarla, tratando de amarse cada vez con mayor fuerza, para que de este modo también ellos sepan cómo pronunciar una palabra tan maravillosa como aquella.

Y hay algo más acerca del Amor, que hace que todo se torne hermoso. Si ustedes miran las cosas en el mundo de Dios, se darán cuenta que todas son lindas: el cielo azul, las verdes colinas, las flores, el pasto, los árboles, las inmensas montañas, no hay duda que estas cosas son hermosísimas. Ahora, si miran realmente con atención, se darán cuenta que la cosa más simple de Dios tiene su belleza.

Tomen una maleza vieja y común que alguna persona haya arrancado de su jardín y obsérvenla atentamente, podrán darse cuenta de lo hermosa que es, y si ustedes toman un cristal de aumento (de esos vidrios que hacen que las cosas se vean mucho más grandes de lo que son realmente) y miran un copito de nieve o una gota de agua o una de las celulitas de nuestro cuerpo, ya verán ustedes las lindas formas y encantadores colores que tienen. Esto se debe a que han sido hechas por el Amor de Dios y a que el Amor hace bellas todas las cosas.

Bueno, voy a pedirles que esta semana, tengan muy abiertos los ojos y observen todas las cosas bonitas que puedan encontrar para que me lo cuenten el próximo domingo.

ACTIVIDADES DEL CENTRO



SERVICIO DOMINICAL

Servicios Devocionales todos los domingos a partir de las 12.30 a.m. y reuniones de estudio de la Filosofía Rosacruz el mismo día hasta las 3.00 de la tarde.

CALENDARIO DE EVENTOS 2014

Fechas de Curación

ENERO	1	7	14	22	28
FEBRERO	3	11	18	25	
MARZO	3	10	17	24	30
ABRIL	6	14	20	27	
MAYO	3	11	18	24	31
JUNIO	7	14	20	27	
JULIO	5	11	17	24	
AGOSTO	1	8	14	21	28
SEPTIEMBRE	4	10	17	24	
OCTUBRE	1	8	14	22	29
NOVIEMBRE	4	11	18	25	
DICIEMBRE	1	8	15	22	29

Fechas de Servicios de Luna

Luna Nueva/Luna Llena

ENERO	29	14
FEBRERO	27	13
MARZO	29	15
ABRIL	27	13
MAYO	27	13
JUNIO	25	11
JULIO	25	11
AGOSTO	24	9
SEPTIEMBRE	22	7
OCTUBRE	22	7
NOVIEMBRE	21	5
DICIEMBRE	20	5

EQUINOCIOS Y SOLSTICIOS

Los servicios comienzan a las 18.00

Equinoccio de Primavera:	Marzo 19, 2014
Solsticio de Verano:	Junio 20, 2014
Equinoccio de Otoño:	Septiembre 21, 2014
Solsticio de Invierno:	Diciembre 20, 2014

LIBROS A LA VENTA

(Sujetos a posibles cambios)

LITERATURA ROSACRUZ DE FILOSOFIA POR MAX HEINDEL:

*CONCEPTO ROSACRUZ DEL COSMOS (Editorial Kier) Pocos tomos	\$ 500.00
*VERSION RUSTICA EDITADA POR EDICIONES COLI (Con error en 5 páginas)	\$180.00
*CARTAS A LOS ESTUDIANTES	\$230.00
*¿CRISTO O BUDA?	\$160.00
*DICCIONARIO DE TERMINOS ROSACRUCES	\$250.00
*EL CRISTIANISMO ROSACRUZ	\$250.00
*EL CUERPO VITAL Y EL CUERPO DE LOS DESEOS	\$250.00
*ENSEÑANZAS DE UN INICIADO	\$250.00
*FILOSOFIA ROSACRUZ EN PREGUNTAS Y RESPUESTAS	\$250.00
*INICIACION ANTIGUA Y MODERNA	\$250.00
*LOS MISTERIOS DE LAS GRANDES OPERAS	\$250.00
*LOS MISTERIOS ROSACRUCES Y EL VELO DEL DESTINO	\$250.00
*MASONERIA Y CATOLICISMO	\$250.00
*PRINCIPIOS OCULTOS DE SALUD Y CURACION	\$250.00
*RECOLECCIONES DE UN MISTICO	\$250.00
*TEMAS ROSACRUCES. DOS TOMOS, CADA UNO	\$325.00
*EL NACIMIENTO DE LA FRATERNIDAD ROSACRUZ	\$150.00

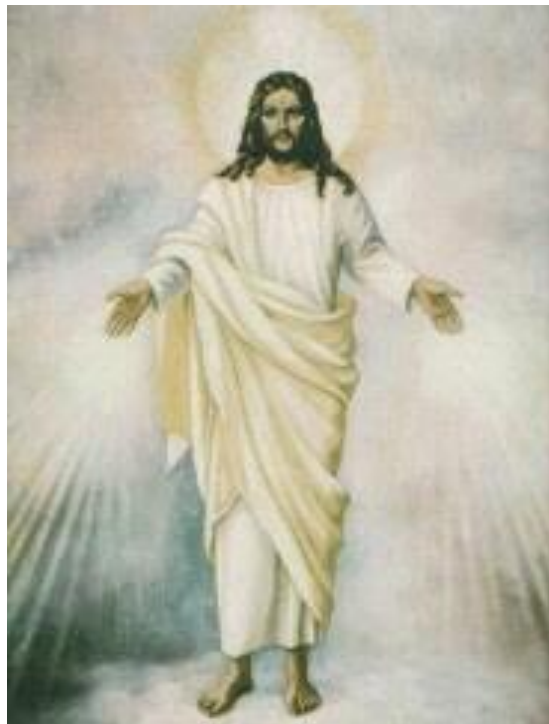
LITERATURA ROSACRUZ DE ASTROLOGIA POR VARIOS AUTORES:

*ASTRODIAGNOSIS	\$350.00
-----------------	----------

*ASTROLOGIA SIMPLIFICADA	\$350.00
*EL MENSAJE DE LAS ESTRELLAS	\$350.00
*ESTUDIOS DE ASTROLOGIA, POR ELMAN BACHER: -SET. DE 9 VOLUMENES	\$1000.00
*TABLAS DE LACASA	\$300.00

VARIOS

*ESCUELA DOMINICAL PARA NIÑOS Y JOVENES (INICIARLOS EN LAS ENSEÑANZAS)	\$250.00
*LOS MISTERIOS DE GOETHE Y OTROS ESCRITOS	\$300.00
*MEMORIS (SOLO EN INGLES)	\$300.00
*CARTA ZODIACAL PARA LA PARED	\$200.00
*DIAGRAMAS DEL CONCEPTO ROSACRUZ	\$300.00
*TARJETAS POSTALES DE CRISTO EL AUXILIAR INVISIBLE	\$120.00
*FOLLETOS Y DIAGRAMAS EN CD	\$300.00



Donde Yo voy, vosotros no podéis seguirme ahora; pero Vosotros me seguiréis después. El que cree en Mi, las Obras Que Yo hago él también las hará; y cosas más grandes aún él hará.

(Juan, 13:36, 14: 12)

SECCION DEVOCIONAL

PLEGARIA PARA EL ESTUDIANTE ROSACRUZ

“Acrescia mi amor por Ti ¡Oh Dios! Para poder servirte mejor cada día. Haz que las palabras de mis labios y las meditaciones de mi corazón sean gratas a tus ojos, ¡oh Señor, mi fuerza y mi redentor!

Esta plegaria para el Estudiante la recomendamos ampliamente se utilice en los momentos que el estudiante medite y estudie sobre sus lecciones del curso preliminar o suplementario de la Sabiduría Occidental.

Para crecer en Amor

Señor, cuando tenga hambre, dame alguien que tenga necesidad de alimento. Cuando tenga sed, mándame alguien que tenga necesidad de bebida. Cuando tenga frío, mándame a alguien para que lo caliente. Cuando tenga un disgusto, ofréceme alguien para que lo consuele. Cuando mi cruz se vuelva pesada, hazme compartir la cruz de otro. Cuando me sienta pobre, condúceme hasta alguien que esté necesitado. Cuando tenga tiempo, dame a alguien a quien pueda ayudar unos momentos. Cuando me sienta humillado, haz que tenga alguien a quien alabar. Cuando esté desanimado, mándame alguien a quien dar ánimos. Cuando sienta necesidad de la comprensión de otros, mándame alguien que necesite de la mía. Cuando necesite que se ocupen de mí, mándame alguien de quien tenga que ocuparme. Cuando piense sólo en mí mismo, atrae mi atención sobre otra persona. Haznos dignos, Señor, de servir a nuestros hermanos que, en todo el mundo viven y mueren pobres y hambrientos.
Amén.

ALIMENTACION NATURAL Y SALUD

Esta sección regreso a Hojas del Sendero por la imperiosa necesidad de cambiar nuestra alimentación, nuestros sentimientos, pensamientos y actos, evitando el consumo de carnes por el consumo de las verduras, las frutas, las semillas, los jugos, antioxidantes, la proteína de origen vegetal como la soya, todos estos pueden ayudarnos enormemente en nutrir adecuadamente al organismo, tener pensamientos constructivos y sentimientos de amor por nuestros semejantes, en el cuidado de nuestro cuerpo-templo, es primordial en el estudiante de las enseñanzas Rosacruces.

Debemos recordar que ningún alimento por más sano y natural que este sea, ni ningún tratamiento botánico, herbolario, nutricional, será de valor duradero, si antes no iniciamos un verdadero proceso de Auto Regeneración.

LA IMPORTANCIA DE LOS AMINOÁCIDOS EN LOS ALIMENTOS

Colaboración Francisco Nieto Vidal

Cualquier persona que se haya interesado por la alimentación sabe que para que ésta sea correcta y equilibrada debe estar compuesta de cierto porcentaje de proteínas, carbohidratos, grasas, y unas mínimas partes de vitaminas y minerales. Una persona que haga culturismo debe llevar una dieta especial con mucha proteína para reconstruir las células y los músculos, muchos carbohidratos en determinados momentos del día que se ejercita, y muy poca grasa pero saludable (es necesaria) pero sin pasarse para que no se transforme en grasa corporal. Algo similar ocurre con las personas que quieren adelgazar, éstas deben comer (según su peso, altura, ejercicio que se haga, etc.) mucha proteína, pocos carbohidratos y poca grasa sobre todo si no se hace ejercicio físico. Para hacer un buen plan alimenticio o una dieta es necesario hacer un estudio de la persona y de la vida que lleva, sin embargo y sea en el caso que sea los aminoácidos son muy importantes y más aun porque alguno de ellos son imprescindibles puesto que el cuerpo no los puede formar.

Los aminoácidos son los elementos básicos que el organismo necesita para la construcción de las proteínas y de los músculos, es decir, que las proteínas de los alimentos son necesarias para la construcción de las propias proteínas del cuerpo, para la construcción de los músculos y otras partes sólidas, y para ciertas funciones vitales del organismo. De los 23 aminoácidos que existen 10 de ellos (esenciales) hay que ingerirlos con los alimentos porque no los sintetiza el cuerpo como ocurre con los otros, por consiguiente, es muy importante comer proteínas pero lo es más si ésta está compuesta de los aminoácidos que necesitamos. Las proteínas no solo reconstruye sino que también se relaciona con la recuperación, el aumento de la fuerza, la pérdida de grasa en las dietas y la producción de energía. Es más, cuando se hacen trabajos de fuerza y ejercicio físico se producen erosiones en los ejidos y para reparar esas erosiones son necesarias las proteínas, es decir, los aminoácidos.

Cuando las proteínas que ingerimos se descomponen en aminoácidos, algunos quedan en el hígado para producir proteínas (enzimas, albúmina...) y otros pasan al torrente sanguíneo para ser utilizados por las células según la función que hagan. Pero si el organismo no dispone de las cantidades necesarias de carbohidratos y grasas, las proteínas que se encuentran en la sangre se transforman en energía vital para el funcionamiento del organismo, o bien en reservas de grasa.

La proteína se puede dividir en varios grupos, por ejemplo:

1º.- Las de alto y bajo valor biológico, según la cantidad de aminoácidos esenciales que contenga como son las de la ternera, el pescado, el pollo, el huevo, (clara) la leche, el yogur, requesón, el queso, la mantequilla, la soja, las judías y el arroz.

2º.- Las procedentes de la carne y las que no lo son, siendo de mayor valor nutritivo las procedentes de los animales.

Esto no significa que las que proceden de los vegetales sean malas pero para muchos deportistas son más importantes las de animal puesto que, entre otras cosas, tienen que reconstruir y aumentar el volumen de los músculos. Así es que ya sabemos algo sobre la importancia de consumir proteínas de muy variados alimentos pero, claro, ¿qué ocurre con los vegetarianos?

Los vegetarianos, considerando como tal a los que comen huevos y toman leche, deberían tener siempre a mano una tabla de calorías o al menos saber qué alimentos tienen más y menos proteínas. A continuación expongo algunos ejemplos.

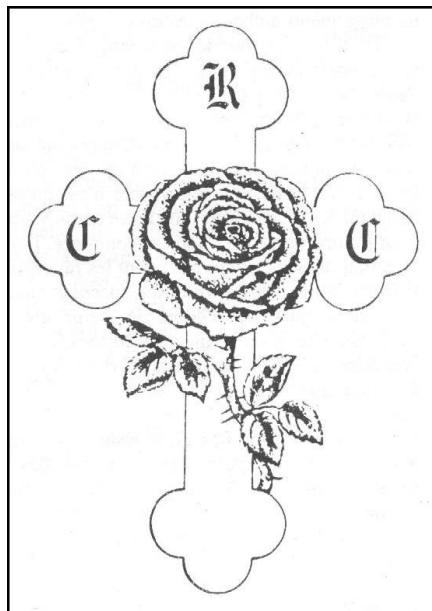
Alimentos con mayor número de proteínas por 100 g. procedentes de vegetales:

Todos los quesos que comúnmente consumimos, el huevo, el coco, los frutos secos, el pan y la pasta (mejor integral) las legumbres, las algas y la soja principalmente germinada así como la mayoría de los germinados.

De estos alimentos en sus muy diversas formas de cocinar y consumir, tiene que conseguir el vegetariano sus proteínas y aminoácidos, pero hay uno que en los últimos años está tomando fama por sus muchas y buenas virtudes, este es la soja. Esta legumbre es diferente a las demás por su capacidad de capturar el nitrógeno del aire para transformarlo en compuestos nitrogenados. Sabiendo que el nitrógeno es lo que hace que una proteína sea importante para el organismo y para los músculos, he de decir que la soja es la que más proteínas aporta, exactamente un 40% de su peso. Pero eso no es todo, lo que hace a esta legumbre especial es que contiene todos los aminoácidos esenciales que necesitamos.

AFORISMOS Y ESCRITOS DE MAX HEINDEL

"Debe aplaudirse a la ciencia el ingenio, la paciencia y la persistencia que despliega para la invención de instrumentos para arrancar con ellos sus secretos a la naturaleza. Pero mientras que ella hace esto con todo éxito en cuanto concierne a la "materia", los secretos de la vida y del espíritu son un libro cerrado para el sabio, como Mefistófeles dice con fina ironía al escolar que llama a la puerta de Fausto, solicitando su admisión en la clase de éste. "Aquel que quiera conocer y manejar alguna cosa viva, busque primero el espíritu vital que la anima. Pues sólo tiene en sus manos los fragmentos inertes; faltándole ¡ay! El aliento del espíritu vital"



MENSAJE FINAL

El Centro Fraternidad Rosacruz de México desea que pongamos nuestro mayor empeño en continuar trabajando en la Regeneración y el Servicio Amoroso para hacernos dignos colaboradores en la Viña del Señor.

Max Heindel quisiera encontrar las palabras para grabar indeleblemente en el Alma de los estudiantes Rosacruces lo que significan las Enseñanzas cuando uno se esfuerza en vivirlas día tras día, pero el lenguaje humano no puede expresar lo trascendente, solo nos puede manifestar que nos va guiando como pequeñuelos, permitiéndonos cosas que poco a poco vamos dejando de lado hasta que aprendemos a caminar, no sin los tumbos antes de lograrlo plenamente y sentir el goce interior cuando nos afirmamos y percibimos en todo el ser, la atmósfera suave y vivificante que proviene de mayores alturas.

En uno de sus discursos dijo “La Confraternidad de los Rosacruces aspira a educar y construir, a ser caritativa aun con aquellos que de ella difieren y nunca derramar la ponzoña del vituperio, el rencor o la malignidad ni aun sobre quienes parecen deliberadamente determinados a la perversión. Nosotros reverenciamos a la religión católica, porque es esencialmente divina como lo es la mística masonería, pues ambas tienen sus raíces en la remotísima antigüedad, ambas nacieron para favorecer las aspiraciones de la militante alma, y ambas tienen un mensaje y una misión que cumplir en el mundo”

Asista al Centro, lo invitamos a las platicas y los Servicios dominicales y de Curación, la Enseñanza Rosacruz toma en consideración el trabajo sobre el corazón y la mente, indicando que ambos deben ser desarrollados por igual, puesto que son esenciales para obtener Sabiduría y comprensión.



Esta es la sencilla residencia del CFRM como actualmente se aprecia.