

The background of the entire image is a complex fractal pattern. It features a dense, repeating structure of jagged, star-like shapes. The color palette is dominated by deep blues, purples, and reds, with some lighter, almost white, areas that create a sense of depth and contrast. The overall effect is reminiscent of a microscopic view of a mineral or a digital art piece.

200 Frases

de

Autoayuda

y Cábala

Ediciones Hebraica Digital

200 FRASES DE AUTOAYUDA Y CÁBALA

Autor: Rabí Aharón Shlezinger

1a edición: Septiembre 2011

© 2011 by Hebraica Digital

Reservados todos los derechos de la presente edición

E-mail: hebraicadigital@hebraicadigital.com

www.hebraicadigital.com

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, transmitida o utilizada por ningún medio sin el previo consentimiento por escrito del editor.

200 Frases de Autoayuda y Cábala

Introducción

Todos los seres humanos poseen conductas particulares y específicas que los caracterizan y los distinguen de las demás personas. Las mismas se manifiestan a través de los movimientos del ánimo, la estima, la respuesta a las sensaciones de los sentidos, las ansias y el deseo vehemente de conseguir bienes materiales, y la propensión hacia los fines existenciales.

A continuación observaremos los rasgos principales de los extremos opuestos de estas tendencias, entre los cuales están contenidas innumerables categorías intermedias. Las mismas corresponden con los caracteres y las conductas de todos los seres humanos que pueblan la faz de la Tierra. Comprendiendo el funcionamiento de las conductas humanas nos será posible conocer el modo propicio de optimización de las mismas. O dicho en otras palabras, nos será posible acceder a la fórmula ideal para hallar el término medio que conduce al equilibrio emocional y a la felicidad.

Los orígenes de la conducta humana

En lo que respecta a los movimientos del ánimo, hay personas que se encolerizan continuamente; la razón de su enfado puede provenir de cualquier causa que no concuerde con su modo de ver las cosas y su ideología. La antítesis son los individuos que casi nunca se enojan, y cuando lo hacen, su enfado no les dura más que unos breves instantes. En medio de estos dos extremos opuestos existen múltiples grados y categorías, derivando en innumerables temperamentos que identifican a cada ser humano en particular.

Con relación a la estima, hay personas que son orgullosas en extremo; este tipo de individuos posee exceso de estimación propia y lo expresan continuamente en su forma de actuar. Asimismo, existen aquellos que poseen la virtud de la humildad; ellos conocen sus propias limitaciones y debilidades, y actúan de acuerdo con este principio. En medio de estos dos extremos opuestos también existen múltiples grados y categorías.

En lo relativo a la respuesta a las sensaciones de los sentidos, hay personas que son apasionadas y complacientes en los deleites sensuales; ellos jamás se sienten satisfechos completamente. La antítesis son los individuos que poseen un corazón extremadamente puro; ellos no codician siquiera aquellos placeres ínfimos que son requeridos por el cuerpo. En

medio de estos dos extremos opuestos como en todos los demás, también existen múltiples grados y categorías intermedios.

En lo concerniente a las ansias y el deseo vehemente de conseguir dinero y bienes materiales, hay personas ambiciosas que poseen un afán excesivo de riquezas; ellos jamás se satisfacen, incluso si tuvieran todo el dinero del mundo. Como esta dicho: El que ama el dinero, no se saciará con el dinero (Eclesiastés 5:9). Sin embargo, existen personas que se restringen a sí mismos de todo exceso, y se conforman con algo ínfimo e insuficiente; estos individuos no se preocupan siquiera en obtener todo lo que necesitan en forma imprescindible. En medio de estos dos extremos opuestos también existen múltiples grados y categorías.

En lo que respecta a la propensión hacia los fines existenciales, hay quienes se privan incluso de alimentos con el fin de ahorrar todo lo que fuere posible; y lo poco que adquieren para su existencia va seguido de una enorme aflicción. Asimismo, existen individuos derrochadores que dilapidan conscientemente todo su dinero. En medio de estos dos extremos opuestos también existen múltiples grados y categorías.

La bifurcación de las tendencias de la conducta

Siguiendo estas mismas pautas que se manifiestan en las conductas de los seres humanos, e hilando más fino, hallamos personas totalmente desenfrenadas; estos sujetos se entregan desordenadamente a los malos hábitos sin ningún tipo de control. Aunque por otro lado encontramos a los individuos melancólicos; ellos están siempre inmersos en una tristeza vaga, profunda y sosegada, nacida de causas físicas o morales, que hace que no encuentren gusto ni diversión en nada.

Asimismo existen personas mezquinas que escatiman excesivamente en el gasto por causas ajenas y no se afligen de los padecimientos de los demás. Y la antítesis son los individuos pródigos; ellos restringen en extremo incluso sus propios gastos existenciales, privándose de las necesidades básicas e imprescindibles.

En lo referente a los caracteres que distinguen a las personas también hay enormes diferencias. Existen individuos crueles e incompasivos; ellos manifiestan permanentemente inhumanidad, fiereza de ánimo e impiedad. Sin embargo, hay personas que se sitúan en el polo opuesto; ellos son bondadosos

y compasivos, aman a los demás y se apiadan de ellos en cualquier situación que requiera asistencia.

Concerniente a las cualidades del ánimo que mueven a acometer resueltamente grandes empresas y a arrostrar los peligros, o evadirlos y evitar exponerse a tales situaciones, también en este aspecto existe una gran diferencia en los seres humanos. Hay personas cobardes; ellos son pusilánimes, carentes en extremo de valor y espíritu. Pero también están los seres humanos valientes; ellos son esforzados y animosos, enfrentan las situaciones de riesgo y adversidad con una entrega absoluta y gran valor.

La procedencia de las conductas humanas

Ahora que conocemos los rasgos más pronunciados de las naturalezas de las conductas humanas, analizaremos las procedencias de las mismas.

Existen manifestaciones de conductas innatas que están presentes en la persona desde su nacimiento, y proceden de la propia naturaleza de su cuerpo. Otros arquetipos de conducta se originan a partir de la naturaleza particular del individuo. Este fenómeno tiene lugar cuando su naturaleza le provoca una

cierta tendencia y hará que en el futuro se desarrolle en él un tipo de conducta determinado más rápidamente que otro.

Por otro lado, existen conductas adquiridas que no se originan a partir de la naturaleza particular del individuo. En lo referente a este tipo de conductas que no son innatas, la persona las adquiere a través de vivencias experimentadas en el medio en el que mora, tras haberlas observado en otros seres humanos, o siendo inducido por algún pensamiento derivado de algo que escuchó o vio. Y después de esta percepción concluyó que se trata de una conducta apropiada y propicia para llevarla a la práctica, por lo que la incorporó y se condujo de acuerdo a la misma hasta que se arraigó en su identidad.

Características intrínsecas de las conductas humanas

Los extremos que se manifiestan en las distintas modalidades de las conductas humanas no representan un camino idóneo para marchar por el mismo. Es incorrecto que una persona transite un camino de este tipo o se aboque a aprenderlo, sino que deberá esforzarse en modelar sus manifestaciones de conducta llevándolas a un termino medio.

En el caso en que alguien percibiére que su naturaleza se inclinare a uno de estos extremos, ya sea porque su tendencia natural lo ha llevado a marchar por ese camino, o porque lo ha adquirido y se condujo así hasta que se arraigó en él, deberá modificar su rumbo conductivo y buscar el modelo ideal intermedio. El camino idóneo consiste en hallar la conducta intermedia y equilibrada que se presenta en toda manifestación de carácter que provenga del ser humano.

La enseñanza primordial del equilibrio racional

Los sabios de antaño enseñaron los fundamentos necesarios para ayudar a la persona a dirigir sus modalidades de conducta hacia el sendero intermedio de modo que pudiere alcanzar la integridad absoluta.

Para conseguir este ideal la persona deberá alejarse de la irascibilidad y ha de evitar enfurecerse con facilidad; pero a su vez ha de ser cuidadoso en no llegar al otro extremo, a tal punto de ser insensible como un muerto, sino que ha de conseguir un comportamiento maduro y equilibrado. Es decir, ha de contrariarse únicamente por aquello que lo mereciere verdaderamente y no por otra causa. De este modo se habituará

a comportarse con aplaco y sosiego, estando permanentemente alejado de la ira y el enojo.

Además, el individuo ha de desear sólo los placeres que el cuerpo necesita imperiosamente para fortalecer su fisonomía y recobrar su vitalidad, los cuales le son imprescindibles para mantenerse y existir. Como está dicho: El justo se nutre para satisfacer su alma (Proverbios 13:25).

De la misma forma, el ser humano debe conservar el equilibrio en su esfuerzo físico y no agotar sus fuerzas trabajando para lograr excesos que no necesita, sino que ha de trabajar para obtener lo necesario para subsistir. Como está dicho: Poco es bueno para el justo (Salmos 37:16).

Sumado a lo mencionado, la persona que desea conseguir el equilibrio ideal ha de evitar despilfarrar su dinero dando más de lo que sus posibilidades le permiten. Mas bien ha de hacer beneficencia con su prójimo acorde a sus posibilidades, y ha de prestar dinero adecuadamente a quien lo necesite, siguiendo las reglas determinadas por la ley.

Otro punto a tomar en cuenta es el desenfreno, debe evitarse en todo momento y no debe serse un jugador compulsivo, pues

ello es sumamente perjudicial y altera el estado del ánimo. Asimismo, es necesario que la persona se aleje de la tristeza y la melancolía. Así podrá estar alegre y gozar durante toda su vida de una verdadera paz interior, sosiego y un rostro fulgoroso y resplandeciente.

Este sistema debe ser aplicado a todas las modalidades de conducta y se lo denomina: “El camino de los sabios”.

El camino de los sabios y los piadosos

Para ampliar lo que se ha dicho hasta aquí, hemos de mencionar la existencia de una modalidad superior que excede lo solicitado por la ley. La misma está destinada a ser utilizada por individuos especiales que deciden consagrar su vida a superar la línea de las exigencias y hacer más de lo que les es requerido. La puesta en práctica de esta modalidad determina que un individuo sea considerado “piadoso”, como lo apreciaremos a continuación.

Todo individuo que sus conductas fueren intermedias, moderadas y equilibradas se denomina “sabio”. Mas aquel que fuere estricto consigo mismo y se alejare levemente de la

conducta intermedia orientando hacia el extremo, se denomina “piadoso”.

Para comprenderlo mejor, citaremos un ejemplo: Un individuo que poseyere tendencia innata a envanecerse y se alejare de la vanidad hacia el lado opuesto hasta transformarse en una persona extremadamente sumisa, se denomina “piadoso”. Mas si se inclinare sólo hasta el centro, y se trasformare en una persona humilde, se lo denomina “sabio”. Este mismo método se aplica también a las demás conductas. Los piadosos de antaño solían inclinar sus conductas llevándolas del camino intermedio hacia el extremo.

Este modo de actuar de los individuos piadosos les permite aprovechar positivamente también la energía proveniente de ambos extremos de las líneas de conducta. Pues ellos evalúan las características de una conducta y de acuerdo con las posibilidades la inclinan hasta donde fuere posible y resultare provechoso, incluso llegando a los extremos. Ya que no todas las conductas son iguales, y en algunos casos el extremo positivo será propicio para extraer energía positiva y en otros casos lo será el negativo.

Por ejemplo, respecto al camino que conduce a la optimización suprema de la conducta de la generosidad, para encauzarse en el mismo es mejor volcarse hacia el primer extremo, el de la tendencia al despilfarramiento, que está situado en el extremo opuesto de la tendencia a la mezquindad y la avaricia.

El poder energético de las conductas moderadas

Después de haber mencionado la existencia de la cualidad de la piedad, proseguimos con el análisis de las conductas intermedias y moderadas, las cuales constituyen el camino ideal y óptimo para lograr la rectificación absoluta y la completitud. Como está escrito: El Eterno te confirmará para Sí Mismo como un pueblo santo, tal como Él te juró, si observares los preceptos de El Eterno, tu Dios, y fueres por Sus caminos (Deuteronomio 28:9).

Este precepto señalado consiste en imitar las conductas y cualidades atribuidas a El Eterno en los versículos de la Biblia. Es decir, así como El Eterno se denomina: "Piadoso", también tú has de ser piadoso; así como Él se denomina: "Misericordioso", también tú has de ser misericordioso; así como Él se denomina: "Santo", también tú has de ser santo.

Por esta razón los profetas han denominado a El Eterno mediante estas calificaciones. Como está escrito: Volveos a El Eterno vuestro Dios; porque Él es compasivo y piadoso, lento para la ira y grande en misericordia (Joel 2:13). Asimismo está escrito: Yo soy El Eterno, y no hay dios fuera de Mí; no hay Dios Justo y Salvador sino Yo (Isaías 45:21). Y también está escrito: Para anunciar que El Eterno es Recto (Salmos 92:16). Y así hallamos en muchos otros versículos cualidades y conductas ideales asociadas a El Eterno, a las cuales debemos imitar para asemejarnos a Él de acuerdo con nuestras posibilidades.

Ahora bien, ¿cómo se hace para poner en práctica estas modalidades óptimas de conducta hasta adquirirlas? Para conseguirlo han de observarse las conductas que definen modalidades intermedias y ponerlas en práctica. Después deberá repetirse la acción, y volverla a realizar, hasta que resultaren fáciles de llevar a cabo y no provoquen ningún tipo de incomodidad. Mediante este procedimiento ingresarán en la personalidad de la persona y pasarán a formar parte de su identidad.

Al ser que a través de estas denominaciones se conceptúa al Creador, conteniendo el término medio que debemos tomar

para aplicar a nuestra propia conducta, por tal razón se denomina a este método: “El camino de El Eterno”.

Abraham, nuestro patriarca, les enseñó este camino a sus hijos, para que se condujeran a través del mismo durante toda su vida. Como está escrito: Y dijo El Eterno: «¿Habré de ocultarle a Abraham lo que hago, ahora que Abraham ciertamente ha de convertirse en una gran y poderosa nación, y todas las naciones del mundo se bendecirán en él? Pues Yo sé que él ordenará a sus hijos y a su familia que sigan el camino de El Eterno, haciendo caridad y justicia, para que El Eterno traiga sobre Abraham aquello de lo que le había hablado» (Génesis 18:17-19).

El individuo que se comportare acorde a este método, se beneficiará a sí mismo, y atraerá hacia él la bendición. Como está escrito al final de la cita: «Para que El Eterno traiga sobre Abraham aquello de lo que le había hablado» (Ibíd.).

La rectificación de la conducta

El término medio y moderado que se requiere para gozar de una conducta ideal demanda trabajo y esfuerzo. En ciertas ocasiones, será más fácil y en otras más complicado trabajar las

conductas internas para perfeccionarlas. E incluso las mismas pueden estar afectadas de enfermedades espirituales que requieren una cura ideal, un medicamento idóneo. A continuación observaremos las distintas patologías de las conductas humanas relacionadas con la fuente energética del alma. Y para comprender la raíz de este asunto lo compararemos con las sensaciones que se manifiestan en una persona que padece una enfermedad corporal.

Existen enfermos cuyas afecciones que padecen presentan patologías que les hacen confundir lo amargo por dulce, y lo dulce por amargo. Asimismo, hay enfermos cuya afección que los aqueja les provoca el deseo de probar alimentos inapropiados para ser ingeridos por un ser humano, y a su vez rechazan los alimentos sanos y saludables. La aparición de estos síntomas varía de acuerdo con la intensidad de la enfermedad que los afecta.

Este mismo proceso acontece con los seres humanos cuyas almas están enfermas y desean ir tras conductas inadecuadas e incorrectas. Estas personas aborrecen las normas de ética y moral y son holgazanes para practicarlas. La tendencia negativa que fluye de la enfermedad que afecta a sus almas les impide alinearse en la senda de la buena conducta, siendo el efecto de

mayor o menor intensidad, de acuerdo con la intensidad de la afección.

En relación con las personas que padecen afecciones de este tipo, el profeta Isaías manifestó: ¡Ay de los que a lo malo dicen bueno, y a lo bueno dicen malo; que hacen de la luz oscuridad, y de la oscuridad luz; que ponen lo amargo por dulce, y lo dulce por amargo! (Isaías 5:20). Acerca de estas personas está dicho: Abandonan los senderos de la rectitud para ir por los caminos de la oscuridad (Proverbios 2:13).

El remedio de los males espirituales

Estas enfermedades del alma requieren la asistencia de los sabios, los médicos del alma. Ellos son capaces de recetar ejercicios espirituales apropiados que ayudarán a gobernar los deseos del cuerpo a través de la voluntad. Practicándolos adecuadamente servirán para enderezar toda desviación de la conducta, y harán volver al individuo a la senda correcta y propicia.

Sin embargo, existen personas que si bien conocen la desviación de sus conductas, no se dirigen a los sabios para que les indicaren el modo de curarse. Acerca de ellos el rey Salomón

manifestó: Los impíos desprecian la sabiduría y la corrección (Proverbios 1:7).

Los médicos que curan el alma

En el Talmud se narran numerosos sucesos que describen el poder de los sabios para curar las enfermedades del alma.

En el tratado de Berajot se cuenta que Rabí Jía bar Aba enfermó gravemente.

Rabí Iojanán se enteró y fue a visitarlo.

Cuando estuvo frente al enfermo, Rabí Iojanán le dijo: “¿Deseas los flagelos? Pues a través de los mismos, al soportarlos con amor, podrás ameritarte un buen pago por parte de El Eterno, al cual podrás disfrutar en el Mundo Venidero”.

Rabí Jía bar Aba le respondió: “¡No deseo a los flagelos, ni al pago que sobreviene por ellos -pues no me permiten estudiar la Torá-!”.

Rabí Iojanán tras escuchar la respuesta le dijo: “¡Dame tu mano!”.

Entonces Rabí Jía bar Aba le dio su mano.

Rabí Iojanán asió la mano del enfermo, lo ayudó a reincorporarse, y Rabí Jía bar Aba sanó.

A continuación se narra un suceso muy parecido: Rabí Iojanán enfermó gravemente.

Rabí Janina se enteró y fue a visitarlo.

Cuando estuvo frente al enfermo, Rabí Janina le dijo: “¿Deseas los flagelos? Pues a través de los mismos, al soportarlos con amor, podrás ameritarte un buen pago por parte de El Eterno, al cual podrás disfrutar en el Mundo Venidero”.

Rabí Iojanán le respondió: “¡No deseo a los flagelos, ni al pago que sobreviene por ellos -pues no me permiten estudiar la Torá-!”.

Rabí Janina tras escuchar le dijo: “¡Dame tu mano!”.

Rabí Iojanán le dio la mano.

Rabí Janina asió la mano del enfermo, lo ayudó a reincorporarse, y Rabí Iojanán sanó.

Comparación de curaciones atípicas

Después de narrarse este suceso, en el Talmud se pregunta: ¿Por qué Rabí Iojanán no se curó solo, tal como hizo con Rabí Jía bar Aba cuando éste enfermó, al que hizo sanar?

Se responde: Un preso no se puede liberar a sí mismo.

Posteriormente se narra un tercer caso que se asemeja a los anteriores: Rabí Eleazar enfermó gravemente.

Rabí Iojanán se enteró y fue a visitarlo.

Cuando estuvo frente al enfermo, Rabí Iojanán conversó con él, y después le dijo: “¿Deseas los flagelos? Pues a través de los mismos, al soportarlos con amor, podrás ameritarte un buen pago por parte de El Eterno, al cual podrás disfrutar en el Mundo Venidero”.

Rabí Eleazar le respondió: “¡No deseo a los flagelos, ni al pago que sobreviene por ellos -pues no me permiten estudiar la Torá-!”.

Rabí Iojanán tras escuchar le dijo: “¡Dame tu mano!”.

Rabí Eleazar le dio la mano.

Rabí Iojanán asió la mano del enfermo, lo ayudó a reincorporarse, y Rabí Eleazar sanó.

La esencia de las curaciones del alma

Se aprecia claramente que los sabios poseían esta sorprendente capacidad de curar enfermedades gravísimas sin valerse de ninguna medicación física. Pero para ello debían estar en una óptima condición anímica, y sanos. Tal como se observó, que cuando uno de estos sabios que poseía el poder de curar enfermaba, no podía curarse a sí mismo, y lógicamente tampoco podría curar a otras personas en esas condiciones.

En los libros de Cábalá se explica que ellos poseían el conocimiento intrínseco del poder energético de las letras y a

través de la combinación apropiada de las mismas practicaban la curación. Es decir, hablaban al alma del enfermo y provocaban que recobre su buen estado de ánimo, recuperando así su salud mental y corporal (Midrash Talpiot).

El tratamiento de las afecciones del alma

Veremos a continuación como sobreponerse a las conductas desviadas y erróneas; el modo de combatir las y someterlas a nuestra voluntad. Así nos será posible llevar un estilo de vida agradable y llevadero, gobernado por nuestra propia decisión y voluntad.

Las conductas perniciosas han de ser enfrentadas con sabiduría y determinación, hasta adquirir un término medio ideal de comportamiento. Esto es en el plano general, mas ha de saberse que existen algunas excepciones que requieren un aislamiento mayor. Pues así como en toda regla hay excepciones, también las hay en este campo. Existen ciertos tipos específicos de conductas que requieren un alejamiento absoluto, y no es suficiente con situarse en un término medio equilibrado, como la presunción y la irascibilidad.

Veremos a continuación el modo de curación recomendado por los sabios para las enfermedades que afectan al alma, incluyendo las conductas perniciosas más severas.

Una persona con tendencia a la irascibilidad, deberá refrenar sus impulsos gobernando sus reacciones a través de la voluntad. Ha de llegar al nivel de no responder una ofensa o un ataque, ni sentir nada por ello. Entonces realizando esta ejercitación durante un tiempo prolongado, el gobierno que ejercerá sobre sí mismo se optimizará, y conseguirá erradicar su mala tendencia por completo.

En el caso en que un individuo fuere presuntuoso, deberá erradicar su tendencia a través de la práctica intensiva de la humildad. Existen ejercicios efectivos y muy recomendados para conseguirlo. Una de las prácticas que ha de ejercitarse es la de ubicarse siempre detrás de los demás, vestirse con ropas extremadamente simples y comportarse con un perfil bajo. El individuo ha de actuar de ese modo hasta erradicar la arrogancia de su personalidad y conseguir comportarse con moderación.

Este modo de actuar se aplica a todas las tendencias perniciosas; el individuo ha de alejarse de las mismas

volcándose hacia el flanco opuesto, hasta que consiga optimizar su conducta. Y cuando lo lograre, ha de mantener ese perfil equilibrado toda su vida. Aunque en el caso de los dos ejemplos citados, la presunción y la irascibilidad, no es suficiente con mantener un nivel equilibrado de conducta, sino que ha de alejarse al lado opuesto y mantenerse en el otro extremo, pues son tendencias totalmente negativas y sumamente dañinas, más que todas las demás.

Manifestaciones de las conductas excepcionales

A continuación observaremos algunas fuentes que amplían este concepto mencionado de las conductas excepcionales que requieren un alejamiento absoluto, hacia el otro extremo.

Moisés fue un hombre poderoso y destacado, lleno de gloria y honorabilidad que le habían sido otorgadas por El Eterno. Él lideró al pueblo hebreo desde que eran esclavos en Egipto y los sacó en libertad, llevándolos hasta la Tierra de Israel. Sobre este individuo, que era rey, líder y guía espiritual, fue dicho: Y el hombre Moisés era muy, muy humilde, más humilde que cualquier otra persona sobre la faz de la Tierra (Números 12:3).

Se aprecia que no está escrito que era humilde, sino: “Moisés era muy, muy humilde”. Una humildad extrema. Por tal razón los sabios enseñaron: “Habéis de comportaros con extrema humildad” (Tratado de Abot 4:4). Y también dijeron: Todo el que fuere arrogante, se subleva contra los principios de la fe en El Eterno. Como está dicho: Que tu corazón no se vuelva arrogante y te olvides de El Eterno, tu Dios, Quien te sacó de la tierra de Egipto de la casa de la esclavitud (Deuteronomio 8:14).

Con la irascibilidad sucede lo mismo que con la arrogancia, es una tendencia sumamente perniciosa y ha de alejarse completamente de la misma. Lo correcto es habituarse a no encolerizarse incluso por aquello que de acuerdo con la lógica merecería una reacción airada.

Ahora bien, existen circunstancias que requieren que el individuo impartiére orden y disciplina; por ejemplo con los miembros de su casa, o con sus empleados subalternos, cuando se comportaren impropriamente y fuere necesario llamarles la atención. Y si se dirigiere a ellos en un tono suave y sumiso, no lograría llamar la atención ni que le escucharen. ¿Qué hacer en un caso así?

En una situación como esta, el individuo ha de manifestar exteriormente ira, y mostrando esa apariencia ha de reprochar de acuerdo con las necesidades; mas en su interior ha de permanecer siempre sosegado y calmo.

Considerad que los antiguos sabios han manifestado: Todo aquel que se enfadare se le considera como si practicase culto idólatra (I Zohar 2:16). Asimismo fue enseñado al respecto en el Talmud: Todo el que se encolerizare, si es sabio, su sabiduría se apartará de él; si es profeta, su profecía se apartará de él (Talmud, tratado de Pesajim 66b). Y también se enseñó: Los que se encolerizan, su vida no es vida (Talmud, tratado de Pesajim 113b).

Por esta razón, los sabios ordenaron que las personas se alejen de la irritación por completo, hasta conseguir que incluso aquello que siguiendo la lógica correspondería que hiciere enfadar, no les afecte. Si el individuo lograre alcanzar este grado, habrá conseguido llegar al nivel óptimo.

Considérese que los justos trabajan su conducta hasta alcanzar el nivel óptimo. Ellos cuando son agraviados no replican contra el agraviador; cuando oyen que los injurian, no reaccionan contra el injuriador. Estos hombres actúan por amor

a El Eterno y están alegres incluso con sus aflicciones. Respecto a ellos está dicho: Los que te aman se asemejan al Sol en su poderosa salida (Jueces 5:31).

Consejos para templar los ánimos

La prudencia del habla es una herramienta sumamente poderosa para templar el ánimo. Un individuo que desea moderar su conducta ha de evitar hablar de aquello que fuere contraproducente en todo momento. Se recomienda que aborde únicamente temas que estén relacionados con la sabiduría o lo que tuviere que ver con las necesidades existenciales. Un hombre que sobresalió en la observancia de esta cualidad fue Rav, que era uno de los discípulos más destacados del celebre erudito Rabí Iehuda Hanasí, el compilador de la Mishná. Este hombre, Rav, jamás habló de temas triviales en toda su vida (Iomá 9b).

Esta actitud ayuda a mantener una gran pureza interior, y también a mantener saludable el cuerpo. Como fue enseñado: “No he encontrado para el cuerpo nada mejor que el silencio” (Mishná, Tratado de Abot 1:17). Y está dicho: Aun el necio, cuando calla, es considerado sabio (Proverbios 17:28).

La rectificación y el pulido de esta conducta consisten en un medio ideal para mantener al alma limpia y pura, y permanecer lejos de las angustias y las aflicciones, además de ser una ayuda excepcional para conservar un buen estado de salud corporal. Como está escrito: El que guarda su boca y su lengua, resguarda de aflicciones a su alma (Proverbios 21:23). Es decir, el individuo debe evitar irritarse y ha de contenerse de responder incluso los agravios que emitieren contra él. Esa actitud le ayudará a mantener un buen estado de salud mental y también físico. Obsérvese que en Maguen Abot se menciona el suceso de un sabio que le dijo a su hijo: “No podrás enfrentarte a un necio sino con el silencio; entonces, callando ante lo que te dijere, lo someterás y dominarás el filo de su espada” (Abot 1:17, R. Kehaty, mefarshim).

Este sistema expuesto es ideal para conservar la sanidad espiritual y física, y debe aplicarse tanto en los temas referentes a la Torá como en el campo de la ciencia. Siempre es propicio ser breve y preciso, transmitiendo un mensaje de pocas palabras pero con mucho contenido. Tal como fue enseñado: El maestro ha de adoctrinar a sus alumnos mediante un mensaje breve y conciso (Talmud, tratado de Pesajim 3b). Es decir, deberá hablarles sin rodeos y en forma directa, resumiendo el tema

apropiadamente, aunque cuidando que no se pierda el argumento y el contenido del asunto expuesto.

Mas si se utilizaren muchas palabras para expresar un tema que será pobre en contenido, lo que se hablará será trivial. Al respecto está dicho: No te des prisa con tu boca, ni tu corazón se apresure a proferir palabra delante de Dios; porque Dios está en el Cielo, y tú sobre la Tierra; por tanto, sean pocas tus palabras. Porque de la mucha ocupación viene el sueño, y de la multitud de las palabras la voz del necio (Eclesiastés 5:1-2).

La prudencia al hablar guardando silencio cuando es necesario, se considera el resguardo protector de la sabiduría. Debido a ello no es propicio hablar en demasía ni apresurarse a responder. Siguiendo esta norma, el maestro debe adoctrinar a sus alumnos enseñándoles con paciencia y afabilidad, sin levantar la voz impropriamente ni mediante extensas y agotadoras exposiciones. A esto se refiere lo que dijo el rey Salomón: Las palabras afables de los sabios son escuchadas (Eclesiastés 9:17).

Normas éticas de excelencia

La alabanza afectada para ganar la voluntad de alguien, y la hipocresía, deben estar fuera del manual de conducta de una persona. El individuo debe alejarse del fingimiento de cualidades o sentimientos contrarios a los que verdaderamente se tienen o experimentan; ha de ser verdadero, auténtico y fiel, apartado de la falsedad, la lisonja y la mentira. Su lenguaje debe manifestar lo que piensa interiormente. Su habla ha de ser el reflejo de su alma.

Asimismo la persona debe evitar conducirse con ligereza, veleidad, o insustancialidad. Es correcto que se aparte de la frivolidad y el desenfreno. Además, es imprescindible buscar con intensidad la felicidad; hay que sobreponerse a la tristeza, los estados depresivos, la melancolía, y estar alegre.

Es necesario pulir el temperamento y la conducta personal, evitando las sensaciones desmedidas y las expresiones extremistas. Uno debe habituarse a recibir a todo individuo con rostro cordial. Como dijo el erudito Shamai: “Haz de recibir a toda persona con rostro cordial” (Tratado de Abot 1:14).

Los sabios han enseñado que la persona debe evitar la codicia y desvivirse por el dinero. Aunque eso no quiere decir que deberá alejarse hasta al otro extremo, el de la negligencia y

el descuido, llegando a abandonar el trabajo. Sino, lo correcto es transitar un camino intermedio y moderado, conduciéndose con generosidad. O sea, trabajar medidamente, ocuparse de los negocios en forma moderada, y priorizar en forma especial el estudio de la Torá, la guía universal que conduce a la moderación de la conducta, la rectificación y la obtención de la felicidad.

Asimismo, el individuo no debe ser pendenciero ni propenso a riñas. Ha de alejarse de esas conductas pues son perniciosas e insanas. Y tampoco debe sentir tristeza o pesar del bien ajeno, ya que esa es una reacción de envidia, una manifestación de conducta dañina y perjudicial. Ir desmedidamente tras el honor también es perjudicial, tanto para el cuerpo como para el alma. La ansiedad por alcanzar honores que uno no posee ni le corresponden provoca sensaciones encontradas que trastornan el equilibrio mental y la equidad de juicio. Tal como los sabios han enseñado: La envidia, el placer y el honor sacan a la persona del mundo (Tratado de Abot 4:1).

Lo que hemos mencionado hasta aquí acerca de las normas de conducta y las cualidades a desarrollar para tener una calidad de vida óptima e ideal, se puede resumir en esta regla general: Ha de transitarse por el camino intermedio de cada

conducta, hasta lograr que todas las conductas que uno posee estuvieren moderadas y equilibradas. Tal como lo reveló el rey Salomón: Equilibra la senda de tus pies, y prepara todos tus caminos. No te desvíes a la derecha ni a la izquierda; aparta tu pie del mal (Proverbios 4:26-27).

El secreto intrínseco del camino moderado

La enseñanza impartida por los sabios acerca del honor, el placer y la envidia, tal vez induzca a una persona a pensar que debido a que se trata de conductas impropias y sacan al hombre del mundo, es propicio alejarse de ellas completamente, y situarse en el extremo opuesto. Y lo mismo con otras conductas que estén relacionadas con algún aspecto pernicioso e insano. E incluso algunos pueden llegar a pensar que no se debe comer carne o beber vino, tampoco contraer enlace matrimonial, ni habitar en un lugar agradable o vestir ropa elegante.

Mas este modo de pensar es incorrecto; y no sólo eso, sino que está prohibido comportarse así. El individuo que se comportare de este modo se considera un pecador. Tal como se aprende del nazareo. Como está escrito: Ésta será la ley del nazareo: el día que se completaren los días de su abstinencia, se presentará en la entrada de la Tienda de la Reunión. Ofrecerá su

ofrenda a El Eterno: una oveja sin defecto en su primer año como ofrenda ígnea, y una oveja hembra en su primer año sin defecto como sacrificio expiatorio, y un carnero sin defecto como ofrenda de paz; un cesto de panes ázimos: panes de sémola mezclada con aceite y obleas ázimas untadas con aceite; y sus ofrendas vegetales y sus libaciones (Números 6:13-15).

¡Este proceso expiatorio del nazareo es algo que sorprende! Pues él hizo un voto voluntario de abstinencia de vino por un tiempo determinado con el fin de apegarse más a El Eterno apartándose del materialismo. Siendo así, ¿por qué necesita traer ofrendas expiatorias? ¿Cuál fue su pecado?

El pecado que cometió fue apartarse del vino, de un deleite del cual podía haber disfrutado y él se privó de hacerlo. Por eso requiere expiación. Entonces a partir de este caso se deduce: ¡Si un nazareo que no se apartó más que del vino requiere expiación, quien se apartare de cada cosa y cosa, cuánto más necesitará expiación! (Talmud, tratado de Taanit 11a).

Debido a esta razón, los sabios han ordenado que la persona no se abstenga sino únicamente de aquello que la Torá le ha prohibido. Mas es incorrecto que él se prohibiere a sí mismo a través de votos y juramentos aquello que está permitido. Tal

como los sabios manifestaron expresamente: “¿No te es suficiente con lo que te ha prohibido la Torá que pretendes prohibirte otras cosas?” (Talmud de Jerusalén, tratado de Nedarim 9:1).

Esta regla se aplica también a las personas que ayunan con asiduidad. Ellos no actúan correctamente, pues someten a sus cuerpos a aflicciones innecesarias. Acerca de este asunto y otros semejantes, el rey Salomón ha dicho: “No seas demasiado justo, ni seas sabio con exceso; ¿por qué habrás de asolarte?” (Eclesiastés 7:16).

La dieta que reconforta al alma

Una dieta equilibrada ayuda a mantener un cuerpo sano y saludable; y así acontece con el alma. Por eso es necesario conocer los alimentos espirituales aptos para mantener un alma sana y saludable, de modo que transmita esa salud al cuerpo.

Para conseguir este equilibrio deben ponerse en práctica las normativas de conducta que hemos mencionado previamente. Asimismo, ha de procurarse que todas estas conductas estén orientadas a captar y desarrollar el conocimiento de El Eterno.

Y esta orientación debe manifestarse en cada acción que se realice: sentarse, ponerse de pie, hablar.

Siendo así, cuando la persona realizare un negocio o cualquier otra labor a cambio de un pago, no ha de dirigir su intención a obtener dinero solamente. Sino, deberá considerar que realiza tales acciones para proveerse de lo necesario para la manutención de su cuerpo y demás necesidades físicas: comida, bebida, la adquisición de una vivienda para morar en ella, reunir dinero para casarse y formar una familia.

Ahora bien, una vez que consiguió el dinero necesario para llevar a cabo sus necesidades físicas, no debe realizarlas solamente con el fin de disfrutar de lo mundano. Sino, cuando se alimente, o beba, y asimismo en el momento de mantener relaciones conyugales, debe pensar que su objetivo es conservar la salud corporal y recobrar fuerzas.

Por tal razón debe evitarse consumir todo aquello que el paladar desee, y han de consumirse sólo alimentos nutritivos que ayuden al cuerpo a mantenerse sano y saludable.

Una dieta balanceada es la clave que permite tener buena salud física y mental. Por eso, aquel individuo cuyas funciones

orgánicas producen temperaturas elevadas en su cuerpo, debe evitar el consumo de carne y miel. Asimismo, es propicio que se aleje del vino. Ya que todos estos alimentos perjudican la salud corporal de una persona de esta naturaleza. Salomón dijo al respecto: Comer mucha miel no es bueno (Proverbios 25:27). Y el mismo procedimiento debe realizarse en las demás áreas. Por ejemplo, el individuo no ha de cohabitar sólo por satisfacer su deseo corporal, sino, pensando en que a través de ello procrear la especie y su cuerpo estará saludable. A través de este sistema, gobernará sus deseos a través de su voluntad y no cohabitará cada vez que lo desee, sino cuando lo necesite para mantener la vitalidad de su capacidad reproductiva y por razones curativas.

Aunque debe tenerse muy en cuenta que un individuo que se rigiere por las pautas de salud de la medicina solamente, con la intención que las funciones de su cuerpo y sus órganos se mantuvieren sanos, está equivocado, su forma de vida no es la ideal. Y lo mismo acontece con aquel que tuviere hijos para que trabajen por él y se esfuercen en satisfacer sus necesidades, ese individuo está transitando un camino erróneo.

Es correcto que la persona se preocupe en mantener la salud corporal con el fin de abocarse a conocer a El Eterno. Pues no es

posible captar el conocimiento y la sabiduría estando hambriento, débil o enfermo. Incluso cuando le doliere uno solo de sus órganos, tendrá dificultades para captar el conocimiento y la sabiduría.

Un individuo que se condujere acorde con esta normativa toda su vida, sirve a El Eterno en forma constante y permanente. E incluso esto será así cuando realizare operaciones comerciales, o al momento de mantener relaciones conyugales. Pues su pensamiento estará orientado a obtener lo necesario para mantener su salud corporal con el fin de estar sano y poder abocarse a servir a El Eterno con todo su potencial.

La misma situación debe considerarse al dormir. Si uno durmiere con el fin de permitir a su mente descansar y a su cuerpo recobrar energías y mantenerse sano, estará haciendo lo correcto, su descanso será ideal. Ya que si no descansa no podrá servir a El Eterno como es debido. Resulta que el descanso en este caso se convierte en parte del servicio a El Eterno.

En relación con este tipo de conducta, los sabios han manifestado: Todas tus acciones han de ser en el nombre del Altísimo (Tratado de Abot 2:12). Y el rey Salomón dijo: Has de

conocer a El Eterno en todos tus caminos y Él enderezará tus sendas (Proverbios 3:6) (Véase Hiljot Deot Pág. I a III).

Este camino de moderación que ha sido enseñado conduce al equilibrio físico y mental, a la rectificación absoluta del cuerpo y el alma. Y cuando se logre esta depuración, será posible alcanzar niveles supremos de goce y felicidad.

Una visión cabalística del equilibrio emocional

También en la Cábala se aborda este asunto. Obsérvese que en la Cábala se relaciona la esencia de la creación con dos parejas cósmicas enraizadas en las cuatro letras del Tetragrama, que es el nombre de Dios mediante el cual se originó todo lo existente.

El padre y la madre conforman la primera pareja cósmica y están relacionados con las dos primeras letras del Tetragrama; y el hijo y la hija conforman la segunda pareja cósmica y están relacionados con las últimas dos letras del Tetragrama.

Estas dos parejas están relacionadas con la creación del mundo y el proceso evolutivo del mismo. Pues el padre y la

madre representan el periodo de gestación del mundo; y el hijo y la hija, el proceso de desarrollo, crecimiento y maduración.

Ahora bien, ha acontecido que a causa de un hecho amargo que quedó registrado en la historia, la guerra contra Amalek, las dos últimas letras del Tetragrama se separaron. Es decir, las letras que corresponden con el hijo y la hija se han apartado una de la otra, dejando de conformar una unidad integral.

La unión de las mismas consiste en la rectificación absoluta del mundo. Y este fenómeno se logrará cuando el hijo y la hija se unan a través del amor, y se complete así la unión absoluta de las letras del Tetragrama.

La optimización de la conducta

Hemos apreciado que todos los campos de la Torá orientan a inducir a la persona a hallar el equilibrio ideal. Y para conseguirlo es necesario conocer las enseñanzas intrínsecas de la Torá que fueron desarrolladas y ampliadas convenientemente por los grandes sabios. Algunas de esas enseñanzas las hemos mencionado previamente, y muchas otras pueden ser halladas en los libros de la Torá oral, en los que se interpreta a la Torá escrita.

A continuación os presentaré 200 frases inspiradas en los fundamentos y las enseñanzas de las distintas ramas de la Torá escrita y oral. Las mismas contienen mensajes intrínsecos que servirán a una persona para reflexionar y superarse.

200 FRASES DE MÍSTICA Y AUTOAYUDA

EL CONSEJO MÁS OPORTUNO

Cuando se te presente la oportunidad, no la desaproveches;
Puede ser la única.



LA GRACIA DEL BIEN

Jamás te arrepientas del bien que has hecho.



UNA INTROSPECCIÓN LLENA DE SENSATEZ

Cámbiate a ti mismo; después podrás cambiar a los demás.

TU MOMENTO DE GLORIA

Todos tienen una oportunidad; el secreto es saber aprovecharla.



MISTERIO INTRÍNSECO DE TI MISMO

El misterio de la felicidad comienza por amarte a ti mismo.



LA RESOLUCIÓN MÁS AUDAZ

No digas que no puedes si jamás lo has intentado.



MADURA TU FE

Cree en ti; te ayudará a alcanzar el éxito.



¿ESPERAR? ESTÁ FUERA DEL MANUAL

Mañana tal vez sea demasiado tarde; hazlo ahora.



DOS ELEMENTOS EFICACES

El afecto y el amor combaten todas las enfermedades.



SECRETO DE VIAJE

Siempre observa hacia delante; ve en busca de la meta.



CLAVE DE PAZ

Nunca difames a tu prójimo; un día lo puedes necesitar.



VERDAD AXIOMÁTICA EXISTENCIAL

Para triunfar debes estar convencido de lo que haces.



ELIGE BIEN EL TERRENO

Siembra tu amor en una tierra fértil.



GRAN PRINCIPIO FILOSÓFICO Y REALISTA

Ama si deseas ser amado



CONSEJO SABIO PARA NO OLVIDARLO

No te acuestes a dormir antes de realizar lo que debías hacer.



CULTIVA Y COSECHARÁS

El amor es una planta que debe ser regada todos los días.



PRINCIPIO ELEMENTAL DE LOS DOS

Haz feliz a tu pareja y serás feliz.



CONSEJO PARA QUE SALGA BIEN

Primero piénsalo, después hazlo.



REFLEXIÓN IDEAL PARA RECONFORTAR EL ÁNIMO

¿El camino te es difícil? Alégrate, pues vas en ascenso.



NO PIERDAS LA CALMA

Si caes, significa que lo estás intentando.



REGLA DE ORO

Si ves que alguien te necesita, ayúdalo antes de que te lo pida.



REMEDIO CONTRA LA INFELICIDAD

No codicies los logros de los demás, obtén los tuyos propios;
te harán feliz.



PRUDENTE ACCIÓN DEL HABLA

Si sabes que no debes decirlo, no lo digas.



SI NO LO SABÍAS, AHORA LO SABRÁS

La reflexión te ayudara a conocerte mas profundamente.



TENLO PRESENTE, TE HARÁ BIEN

Con una sola palabra puedes cambiar el mundo entero.



UNA EXHORTACIÓN SABIA Y ATINADA

No hay peor dolor que el producido por una palabra hiriente.



VE Y CONSÍGUELA YA

No aguardes a que la felicidad te llegue sola, sal a buscarla.



LA PAREJA IDEAL

La alegría y la felicidad siempre van tomadas de la mano.



ASÍ ES MEJOR

Una buena acción es mejor que mil promesas.



EL SECRETO DE LA COSECHA PROVECHOSA

Para poder cosechar es necesario que primero siembres.



EL SECRETO DE LA AMISTAD

Busca siempre virtudes, nunca defectos.



SABIDURÍA Y PRUDENCIA JUNTAS

Tu vida depende de lo que digas; resérvate lo que no debe ser escuchado.



NO PIERDAS LA OPORTUNIDAD

Si amas y no lo demuestras, jamás se enterará.



EXTERIORÍZALO YA

No es suficiente conque lo pienses, debes hacerlo.



LA POSIBILIDAD HA SIDO PUESTA EN TUS MANOS

La vida es maravillosa; no la desaproveches.



MEDICINA INFALIBLE DEL PRESTIGIO

Cuida siempre tu buen nombre.



NO PERMITAS QUE LA DUDA TE ADORMEZCA

Si ya lo has decidido, y sabes que es bueno, hazlo sin dudar.



PRINCIPIO CABALÍSTICO ESENCIAL

Escucha con tu corazón lo que tu cerebro te quiere decir.



APRESÚRATE, DEBES HACERLO AHORA MISMO

Si esperas hasta mañana para escribirle a quien aguarda tu mensaje hoy, tal vez sea demasiado tarde.



UN TREMENDO MENSAJE DE AMOR

Sorprende a tu amigo regalándole algo cuando él no lo espera.



¿QUIERES DISFRUTAR DE UN BUEN TRATO?

Cuando entres a tu casa, hazlo siempre con una sonrisa.



JAMÁS LO OLVIDES, ¡ES ESENCIAL!

Una sonrisa es la llave maestra que abre casi todas las puertas.



MOTIVACIÓN PARA HACERLO

El éxito no depende de ti; pero si no lo intentas jamás sabrás si lo conseguirás.



AXIOMA POÉTICO

La ira es el fuego que evapora las aguas del amor.



EL ARTE DE TRANSMITIR LA DESGRACIA

Nunca transmitas una mala noticia en forma directa;
también esto es amor.



LA MÍSTICA DE LOS PENSAMIENTOS

Permítele a la razón que supervise tus impulsos.



EL EJERCICIO DE LA MEDITACIÓN

La reflexión vespertina te permitirá emprender el nuevo día con esperanzas renovadas.



CLAVE INTRÍNSECA DEL ESFUERZO

Si lo intentas, no desesperes por obtener los resultados ansiados ahora; si tienen que llegar, llegarán solos.



LA SABIDURÍA DEL ÉXITO

Cuando decidas hacerlo, debes estar motivado; te ayudará a triunfar.



SI LO ANALIZAS BIEN VERÁS QUE FUE POSITIVO

El mayor desafío es aceptar la derrota; quien lo hace y lo vuelve a intentar tiene posibilidades de triunfar.



RETÉN EL PRIMER IMPULSO

Antes de discutir con tu amigo, piensa en todos los bienes que te ha hecho; tal vez merezca una nueva oportunidad.



EL ÉXITO ESTÁ DETRÁS DEL FRACASO

Si has tropezado diez veces, y tropiezas una vez más, no te desmoralices; puede tratarse del último obstáculo que debías sortear para llegar al éxito.



EL INTERIOR DE TI MISMO

Tu casa es un templo; jamás lo profanes.



EL ENEMIGO DE LA SOLEDAD

Una buena mujer cura completamente la soledad de un hombre; y un buen hombre cura completamente la soledad de una mujer.



SI NO ES AHORA, ¿CUÁNDO?

Este es el momento más apropiado para tomar una buena decisión; no lo dejes pasar.



EL ARTE DE CRECER Y MADURAR

¿Quieres adquirir sabiduría? Aprende de todo lo que te rodea, y de todos los que te rodean.



DULCE, SABOR A MIEL

Todo tiene algo para transmitirte; incluso la hoja caída de un árbol.



ES MOMENTO DE ACTUAR

Cuando tengas un problema no le recortes las ramas; ataca su raíz.



EL ACÉRRIMO ADVERSARIO DE LA FE

El peor enemigo que puedes hallar en tu vida es la renuncia a luchar.



LA SOLUCIÓN ESTÁ A TU ALREDEDOR

Si estás triste y no hallas consuelo, observa las bellezas de la naturaleza; te reconfortarán.



DEBES GANÁRTELO TÚ MISMO

Un buen amigo nunca se aparta en los momentos de aflicción.



UN HEROICO TRIUNFADOR

La paz es el mayor de los tesoros; máspreciada que la verdad.



EL DESEO CORRECTO

Nunca envidies lo que el otro posee; sólo desea tener uno similar al suyo.



ENTIÉNDELO Y HAZLO

La llave de la felicidad es la comprensión.



LA FLOR QUE NUNCA SE MARCHITA

Averigua una fecha considerada importante por las personas a las que amas y sorpréndelas con un presente en ese día.



RESISTE AL RENCOR, SERÁS FELIZ

Cuando alguien te pida perdón, no lo rechaces.



DELÉITATE CON ÉL

Disfruta de lo que posees y serás feliz.



UNA BUENA IRRIGACIÓN AFECTIVA

La llama de amor que has encendido en otra persona debe ser alimentada todos los días; evitarás que se extinga.



PIÉNSALO BIEN

Tú eliges lo que deseas ser.



FORJA TU CARÁCTER

Te resultará más difícil modificar un solo rasgo de tu personalidad, que graduarte en cualquier universidad rindiendo todas las materias libres, sin haberlas cursado.



LA DESTREZA DE LUCHAR EN EL MOMENTO
OPORTUNO

Jamás has de compeler contra una situación adversa que no cede; terminará agobiándote. Busca otro camino o aguarda el momento propicio.



PRINCIPIO ELEMENTAL DE CONVIVENCIA

Honra a los demás y serás honrado.



MISTERIO RESUELTO

El secreto es saber cuándo; no cuánto.



CUIDA TU INTEGRIDAD

Huye de la maldad; te hará bien.



RECOMENDADO, LE AGRADARÁ Y TE AGRADARÁ

El día de su cumpleaños es extraordinariamente propicio para adquirir su afecto.



NO DESESTIMES EL ESFUERZO AJENO

Cuando decidas emprender una nueva empresa, aprovecha las experiencias de otros que ya lo intentaron.



MANTENTE CERCA DE LOS QUE LO MERECEN

Aléjate del lugar donde reina la discordia y la envidia; te puedes contagiar.



ENEMIGO DEL SOSIEGO

El enojo es un mal que consume todas tus energías; huye de él.



PUEDES HACERLO Y DEBES HACERLO

Si eres su amigo y aun no te ha llamado, llámale tú.



EVITA LOS REMORDIMIENTOS

Nunca acuses cuando no estés seguro.



MASA DE NIEVE, Y DE PALABRAS

Las difamaciones son capaces de generar un alud que aplastará a todo el que esté en su paso, también a su causante; han de evitarse siempre.



CONFRATERNIDAD Y HERMANDAD

Si ves que va a tropezar, evítalo; te beneficiarás también tú.



FUENTE DE AMOR INCONDICIONAL

Irrádiale luz como el Sol a la Luna; no te detengas.



EL FUNDAMENTO DE LA SIMPATÍA

Si quieres ganarte el afecto de la gente, adelántales siempre el saludo.



LA ARISTA QUE DEBE VERSE

Si deseas ser realmente feliz, debes buscar el lado positivo de todas las cosas.



OBTÉN TU PROPIA LIBERTAD

Aparta a un lado todos tus rencores; sé libre.



TE AYUDARÁ EXTRAORDINARIAMENTE

Si se resiste a entenderte, explícaselo de otra manera.



DEMUÉSTRALE QUE LE APRECIAS REALMENTE

Si realmente eres su amigo y sabes que comete un error, revélaselo.



MEDIDA POR MEDIDA

Nunca ilusiones a nadie vanamente; también tú te beneficiarás.



HONOR INTACHABLE

Si le has dado tu palabra, cúmplela; demuéstrole que ha hecho bien en confiar en ti.



AHORA ES LA HORA IDEAL

Todo momento es propicio para hacer una obra de bien.



ES IMPORTANTE QUE LO SEPAS

Lo que tú haces dentro de la casa es lo que tus hijos harán fuera de ella.



NORMA DE ORO PARA MANIFESTAR AMOR CON RIGOR

Cuando debas castigar, demuestra rigor; pero siente amor.



LA GASOLINA DEL ALMA

No olvides alimentar tu alma diariamente; vigorizará tu cuerpo.



EL APROVECHAMIENTO IDEAL DE LA MATERIA PRIMA

Utiliza la materia para llevar a cabo los deseos de tu alma.



SÁBELO, ES IMPORTANTE

Agradécele el bien que te ha hecho; te ha concedido parte de su tiempo.



NO LO PIERDAS

Este momento es único; aprovéchalo.



AUN ESTÁS EN CARRERA

Que esta caída no te quebrante; era el escollo que debías sortear para seguir adelante.



ACONSÉJATE BIEN

Para ser verdaderamente tú, debes decidirlo tú mismo.



POR TI Y POR MÍ

Ayúdale a recobrar la alegría; También tu alma se alegrará.



¿YA LO HAS ANALIZADO?

Después de todo no era tan grave lo que te había hecho;
perdónalo y sigue siendo su amigo.



OPTIMISMO POR PESIMISMO

No pienses que todo está perdido; aún hay una esperanza.



PAUTA ESENCIAL DE ÉXITO

No lo compliques cuando puedes hacérselo más fácil.



MUEVE TU ÁNIMO FAVORABLEMENTE

Nadie es inmune a la crueldad; evítala siempre, te beneficiarás.



CUENTA HASTA CIEN

Evita que un solo desliz arruine toda una vida compartida con amor.



SECRETO IDÓNEO PARA SER ESCUCHADO

Respetar las opiniones de los demás; lograrás que también las tuyas sean respetadas.



AL PASAR POR MI VIDA

Todo lo que te acontece en la vida tiene un significado profundo; no desestimes nada.



LO ESTABA ESPERANDO ¿NO LO SABÍAS?

Haz feliz a otro otorgándole un mensaje de esperanza; te ayudará a ser feliz también a ti.



RECUPERA LA SONRISA

Si te sientes vacío, hazle un favor a otra persona sin que te lo pida; te llenará de placer.



ES CUESTIÓN DE FE

La solución llegará cuando menos lo esperes; no desesperes.



LA HORA APROPIADA

Si no te sale ahora, inténtalo en otro momento; es prudencia.



SEÑAL DE AFECTO

Haz de ser tú quien extienda primero la mano para saludarle; le demostrarás que aprecias su amistad.



LO PUEDES HACER Y DEBES HACERLO

Tu felicidad futura depende de lo que hagas en este momento; aprovéchalo.



BÚSCALO POR ESE LADO

Si sientes que algo te falta, intenta dar algo que aun no has dado.



NUNCA FALLA

La persistencia es el antónimo de la frustración; jamás te des por vencido.



ELEGIR SIN CONFUNDIRTE

Es preferible perder un negocio que a un amigo; si ves que eso puede pasar, deja de lado ese negocio.



EL ALIMENTO PROVECHOSO

Si te nutres apropiadamente, también tu alma lo disfrutará.



LA ANSIEDAD CONTROLADA

Si deseas su amor, no intentes conseguirlo por la fuerza; sé prudente.



OBSERVA Y CONCLUYE

En lugar de criticar los errores de los demás, intenta no cometerlos también tú; es salud.



EL GIRO CÍCLICO DE LA VIDA

Si todo te salió mal durante toda tu vida, no bajes los brazos aun; el ciclo de la vida es igual que el mundo, siempre gira, hoy te toca estar abajo, mañana puede ser que estés arriba.



LA PERFECCIÓN IDEAL

Si no eres perfecto, no puedes exigirles a los demás que lo sean; sé tolerante y serás feliz.



REFRÁN RETÓRICO

Recordando algo que quería que te acordases de ello, pero no se lo esperaba, te abrirá las puertas de su corazón.



EL CONSEJO MÁS APROPIADO PARA ESE MOMENTO

Si te sientes mal, haz un bien a otro; te sentirás mejor.



TE PONES DE PIE Y SIGUES

Un revés no es el final del camino, sino un simple tropiezo que debías sortear para seguir adelante.



HAS DE AMAR ASÍ

La lágrima de tu mujer puede traspasar todas las fronteras de los Cielos; evita que la derrame haciéndola feliz.



ELLA ES CAPAZ DE PROVEERTE

Tu mujer es la llave de la fortuna; hónrala apropiadamente y la obtendrás.



PRINCIPIO DE TRIUNFO

Si deseas triunfar debes proponértelo; habrás dado un paso fundamental.



NO LO OLVIDES JAMÁS

Cuando flaquees y pienses que ya no puedes más, acuérdate que en el mundo hay alguien que te ama y te necesita; hazlo por esa persona.



LA LEALTAD TIENE UN VALOR INVALUABLE

La traición es un mal terrible, destruye todas las ilusiones; conserva siempre la fidelidad, te respetarán y apreciarán.



DEMUÉSTRALE QUE TE IMPORTA

Si tu amigo fue al médico por una revisión, y no lo has acompañado, no esperes a que regrese para preguntarle como le fue; comunícate con él ya.



TRATAMIENTO DEL AMOR

El amor es como una planta, debes sembrarlo, y una vez que germina, has de cuidarlo continuamente.



ESA ES SU MISIÓN

Siempre que hay dolor, hay posibilidades.



RESPETO DE CONVIVENCIA

Si tú lo deseas no significa que también él lo desee, primero deberás demostrárselo y convencerle; jamás debes imponerte por la fuerza.



EL PODER EDIFICANTE DEL HABLA

La palabra puede herir más que una espada; utilízala siempre para construir.



LA SABIDURÍA DE SABER COMPARTIR

Cuando tengas una duda, consulta con otra persona antes de tomar la decisión; te ayudará a triunfar.



SOCIABILIDAD Y SENSIBILIDAD

Lo peor que puedes hacerle a una persona es recordarle su sufrimiento; cuando estés con ella háblale solo de cosas que le alegren.



EL ARTE DE EDIFICAR EL AMOR

El amor es una construcción a la que siempre le debes pegar un nuevo ladrillo para que se complete.



LA PRUDENCIA DEL SABIO

Si deseas ganarte su aprecio, nunca le contradigas ni le reprendas en público.



ÉTICA ESENCIAL CONDUCTIVA

¿Deseas ser fuerte? Controla tus impulsos.



UNA ACTITUD PROVECHOSA

Sé astuto, aprovecha los errores de los demás, no los cometas tú también.



LA SABIDURÍA ADQUIRIDA

Para ser sabio debes incorporar conocimientos y analizarlos.



PRIMER PASO PARA TRIUNFAR SOCIALMENTE

Amígate contigo mismo; te ayudará a amigarte con los demás.



TEN EN CUENTA QUE NO SE VENDE EN CUALQUIER NEGOCIO

La sabiduría es más valiosa que la inteligencia; adquiérela.



FUNDAMENTO EXISTENCIAL VERDADERO

La mentira es un arma que casi siempre termina volviéndose en tu contra; evítala.



EL SIGNIFICADO TAXATIVO DE LA FORTALEZA

Ser fuerte significa enfrentar los problemas y superarlos.



LA SEMILLA DEL AMOR

Todos desean el amor, pero no todos siembran suficiente semilla como para conseguirlo.



VERDAD INTRANSIGENTE

Cada vez que lo intentes tendrás una nueva oportunidad.



EL COMBUSTIBLE QUE ALIMENTA EL FUEGO DEL AMOR

Si el fuego de tu amor está extinguiéndose, es porque no lo has alimentado lo suficiente en el último tiempo; hazlo y verás como vuelve a resplandecer.



UN PRINCIPIO RESTAURADOR DEL ÁNIMO

Cuando te sientas abatido, no recuerdes lo que has perdido, recuerda lo que tienes por ganar.



LAS PROPIEDADES DE LA SONRISA

Para sonreír solo hace falta proponérselo; y es muy saludable.



PATOLOGÍAS DEL AMOR OCULTO

El mar esconde un mundo maravilloso dentro de su seno; así es el amor que se esconde dentro de una persona.



ES MEJOR DESESTIMARLO

No permitas que un problema te quite la felicidad.



TU PERSONALIDAD FORJADA POR TI MISMO

Si no deseas comprar, no dejes que te lo vendan por la fuerza; tú debes elegir lo que deseas adquirir.



EL SECRETO DE LA BALDOSA FLOJA

Detrás del agua que salió de debajo de la baldosa floja que has pisado y te salpicó, hay un espléndido mensaje para ti; tómalo y utilízalo.



PERSEVERA Y TRIUNFARÁS

Si la fortuna aun no te ha sonreído, no es causa valedera para renunciar; tal vez hoy sea tu día y la rueda comenzará a girar.



EL AXIOMA DE LA FELICIDAD

Si quieres asegurar tu felicidad, haz felices a los que te rodean.



EL MISTERIO DE LA COMPLETITUD INTEGRAL

Tú tienes algo muy importante y especial para dar; debes encontrar a los que desean recibirlo para completar tu obra.



METÁFORA DEL AMOR REVELADO

El amor es como un árbol al que con cada muestra de afecto le nace un nuevo anillo.



SIGUIENDO LA LÓGICA

Si siempre te sale mal, significa que debes cambiar el plan.



LA LUNA Y EL SOL

El Sol ilumina todos los días a la Luna, y ella resplandece; así debes hacer tú con tu amor, has de iluminarlo todos los días para que resplandezca e irradie luminosidad.



PROYECCIÓN ENERGÉTICA DE LA IRRADIACIÓN DEL ALMA

La energía positiva se canaliza a través de un acto determinado por la razón, y ejecutado por un deseo del corazón.



ESENCIA BÁSICA DE SOCIABILIDAD

Has de hacer todo cuanto sea posible para evitar las ofensas a las personas y las habladurías; incluso cuando debas ir contra tu propia naturaleza.



APRENDER ES CRECER

Debes convertir los tropiezos en enseñanzas; evitarás cometer los mismos errores dos veces.



EL MISTERIO DE DAR Y RECIBIR

Ayúdales a los demás a ser felices; probarás la esencia de la felicidad y también tú serás feliz.



NO PERMITAS QUE SE TE ESCAPE

Si piensas que es bueno pero tal vez sea tarde para hacerlo, considera que después será más tarde; hazlo ahora.



UNA REFLEXIÓN MUY CIERTA

No todo lo que piensas debes decirlo; sólo lo que sea bueno para ti y los demás.



EL ÉXITO A VECES DERIVADO DEL FRACASO

La enseñanza que te deja un fracaso puede ser el punto de partida para alcanzar el éxito.



SÉ SU AMIGO FIEL

Háblale siempre de cosas bonitas; conservarás su amistad por mucho tiempo.



SECRETO PARA CULTIVAR LA AMISTAD

La amistad no viene sola, debes ganártela sembrando amor en el corazón de tu compañero.



LA FELICIDAD ES MARAVILLOSA

Ser feliz no es una posibilidad, es una obligación.



NO PIENSES EN DARTE POR VENCIDO

Tal vez tus problemas sean muchos; pero jamás deben ser suficientes para quitarte la esperanza.



ENSEÑANZA INTRÍNSECA DE LA CONDUCTA HUMANA

¿Todos te rechazan? Significa que debes cambiar tu actitud.



CIERTAMENTE ES VÁLIDO

Si lo que has hecho no perjudica a nadie, significa que has realizado una buena obra.



ES TU PROBLEMA, RESUÉLVELO

Siempre hay una puerta para salir de tu angustia; tú tienes encomendada la misión de hallarla.



UN ALIMENTO REALMENTE NUTRITIVO

La codicia no sacia; disfruta de lo que tienes.



MERECE LO QUE TIENES

No es más grande el que más tiene; sino el que más disfruta lo que tiene.



LA HERRAMIENTA IDEAL PARA RESOLVERLO SIN TITUBEAR

La esperanza es la herramienta que te ayudará a salir de toda situación adversa.



DURA BATALLA EXISTENCIAL

La guerra más difícil que debes librar es la que tienes que entablar contra tus propias inclinaciones negativas que pretenden desviarte de tu objetivo.



EL MISTERIO INTRÍNSECO DEL PERDÓN

Si le has hecho daño y te arrepientes, díselo; se alegrará y tu también.



UNA VISIÓN RECONFORTANTE

Contempla las maravillas de la creación; tu ánimo se encumbrará y tu espíritu se recomfortará.



TÚ MISMO LO HAS HECHO

Jamás consideres que lo que has hecho con esfuerzo fue en vano; es la base de tu superación.



PREMIO POR COSECHAR LO QUE HAS SEMBRADO

Lo poco que coseches después de haberlo sembrado tú mismo, te saciará más que lo mucho que recojas sin haberlo sembrado.



LA ESENCIA DE LA CONVICCIÓN

Cuando estés verdaderamente convencido, te resultará mucho más fácil llevarlo a cabo.



ÍNDICE TEMÁTICO

Introducción

Los orígenes de la conducta humana

La bifurcación de las tendencias de la conducta

La procedencia de las conductas humanas

Características intrínsecas de las conductas humanas

La enseñanza primordial del equilibrio racional

El camino de los sabios y los piadosos

El poder energético de las conductas moderadas

La rectificación de la conducta

El remedio de los males espirituales

Los médicos que curan el alma

Comparación de curaciones atípicas

La esencia de las curaciones del alma

El tratamiento de las afecciones del alma

Manifestaciones de las conductas excepcionales

Consejos para templar los ánimos

Normas éticas de excelencia

El secreto intrínseco del camino moderado

La dieta que reconforta al alma

Una visión cabalística del equilibrio emocional

La optimización de la conducta

200 frases de mística y autoayuda

LISTADO Y TÍTULOS DE LAS 200 FRASES

EL CONSEJO MÁS OPORTUNO

LA GRACIA DEL BIEN

UNA INTROSPECCIÓN LLENA DE SENSATEZ

TU MOMENTO DE GLORIA

MISTERIO INTRÍNSECO DE TI MISMO

LA RESOLUCIÓN MÁS AUDAZ

MADURA TU FE

¿ESPERAR? ESTÁ FUERA DEL MANUAL

DOS ELEMENTOS EFICACES

SECRETO DE VIAJE

CLAVE DE PAZ

VERDAD AXIOMÁTICA EXISTENCIAL

ELIGE BIEN EL TERRENO

GRAN PRINCIPIO FILOSÓFICO Y REALISTA

CONSEJO SABIO PARA NO OLVIDARLO

CULTIVA Y COSECHARÁS

PRINCIPIO ELEMENTAL DE LOS DOS

CONSEJO PARA QUE SALGA BIEN

REFLEXIÓN IDEAL PARA RECONFORTAR EL ÁNIMO

NO PIERDAS LA CALMA

REGLA DE ORO

REMEDIO CONTRA LA INFELICIDAD
PRUDENTE ACCIÓN DEL HABLA
SI NO LO SABÍAS, AHORA LO SABRÁS
TENLO PRESENTE, TE HARÁ BIEN
UNA EXHORTACIÓN SABIA Y ATINADA
VE Y CONSÍGUELA YA
LA PAREJA IDEAL
ASÍ ES MEJOR
EL SECRETO DE LA COSECHA PROVECHOSA
EL SECRETO DE LA AMISTAD
SABIDURÍA Y PRUDENCIA JUNTAS
NO PIERDAS LA OPORTUNIDAD
EXTERIORÍZALO YA
LA POSIBILIDAD HA SIDO PUESTA EN TUS MANOS
MEDICINA INFALIBLE DEL PRESTIGIO
NO PERMITAS QUE LA DUDA TE ADORMEZCA
PRINCIPIO CABALÍSTICO ESENCIAL
APRESÚRATE, DEBES HACERLO AHORA MISMO
UN TREMENDO MENSAJE DE AMOR
¿QUIERES DISFRUTAR DE UN BUEN TRATO?
JAMÁS LO OLVIDES, ¡ES ESENCIAL!
MOTIVACIÓN PARA HACERLO
AXIOMA POÉTICO
EL ARTE DE TRANSMITIR LA DESGRACIA

LA MÍSTICA DE LOS PENSAMIENTOS
EL EJERCICIO DE LA MEDITACIÓN
CLAVE INTRÍNSECA DEL ESFUERZO
LA SABIDURÍA DEL ÉXITO
SI LO ANALIZAS BIEN VERÁS QUE FUE POSITIVO
RETÉN EL PRIMER IMPULSO
EL ÉXITO ESTÁ DETRÁS DEL FRACASO
EL INTERIOR DE TI MISMO
EL ENEMIGO DE LA SOLEDAD
SI NO ES AHORA, ¿CUÁNDO?
EL ARTE DE CRECER Y MADURAR
DULCE, SABOR A MIEL
ES MOMENTO DE ACTUAR
EL ACÉRRIMO ADVERSARIO DE LA FE
LA SOLUCIÓN ESTÁ A TU ALREDEDOR
DEBES GANÁRTELO TÚ MISMO
UN HEROICO TRIUNFADOR
EL DESEO CORRECTO
ENTIÉNDELO Y HAZLO
LA FLOR QUE NUNCA SE MARCHITA
RESISTE AL RENCOR, SERÁS FELIZ
DELÉITATE CON ÉL
UNA BUENA IRRIGACIÓN AFECTIVA
PIÉNSALO BIEN

FORJA TU CARÁCTER

LA DESTREZA DE LUCHAR EN EL MOMENTO OPORTUNO

PRINCIPIO ELEMENTAL DE CONVIVENCIA

MISTERIO RESUELTO

CUIDA TU INTEGRIDAD

RECOMENDADO, LE AGRADARÁ Y TE AGRADARÁ

NO DESESTIMES EL ESFUERZO AJENO

MANTENTE CERCA DE LOS QUE LO MERECE

ENEMIGO DEL SOSIEGO

PUEDES HACERLO Y DEBES HACERLO

EVITA LOS REMORDIMIENTOS

MASA DE NIEVE, Y DE PALABRAS

CONFRATERNIDAD Y HERMANDAD

FUENTE DE AMOR INCONDICIONAL

EL FUNDAMENTO DE LA SIMPATÍA

LA ARISTA QUE DEBE VERSE

OBTÉN TU PROPIA LIBERTAD

TE AYUDARÁ EXTRAORDINARIAMENTE

DEMUÉSTRALE QUE LE APRECIAS REALMENTE

MEDIDA POR MEDIDA

HONOR INTACHABLE

AHORA ES LA HORA IDEAL

ES IMPORTANTE QUE LO SEPAS

NORMA DE ORO PARA MANIFESTAR AMOR CON RIGOR

LA GASOLINA DEL ALMA
EL APROVECHAMIENTO IDEAL DE LA MATERIA PRIMA
SÁBELO, ES IMPORTANTE
NO LO PIERDAS
AUN ESTÁS EN CARRERA
ACONSÉJATE BIEN
POR TI Y POR MÍ
¿YA LO HAS ANALIZADO?
OPTIMISMO POR PESIMISMO
PAUTA ESENCIAL DE ÉXITO
MUEVE TU ÁNIMO FAVORABLEMENTE
CUENTA HASTA CIEN
SECRETO IDÓNEO PARA SER ESCUCHADO
AL PASAR POR MI VIDA
LO ESTABA ESPERANDO ¿NO LO SABÍAS?
RECUPERA LA SONRISA
ES CUESTIÓN DE FE
LA HORA APROPIADA
SEÑAL DE AFECTO
LO PUEDES HACER Y DEBES HACERLO
BÚSCALO POR ESE LADO
NUNCA FALLA
ELEGIR SIN CONFUNDIRTE
EL ALIMENTO PROVECHOSO

LA ANSIEDAD CONTROLADA
OBSERVA Y CONCLUYE
EL GIRO CÍCLICO DE LA VIDA
LA PERFECCIÓN IDEAL
REFRÁN RETÓRICO
EL CONSEJO MÁS APROPIADO PARA ESE MOMENTO
TE PONES DE PIE Y SIGUES
HAS DE AMAR ASÍ
ELLA ES CAPAZ DE PROVEERTE
PRINCIPIO DE TRIUNFO
NO LO OLVIDES JAMÁS
LA LEALTAD TIENE UN VALOR INVALUABLE
DEMUÉSTRALE QUE TE IMPORTA
TRATAMIENTO DEL AMOR
ESA ES SU MISIÓN
RESPECTO DE CONVIVENCIA
EL PODER EDIFICANTE DEL HABLA
LA SABIDURÍA DE SABER COMPARTIR
SOCIABILIDAD Y SENSIBILIDAD
EL ARTE DE EDIFICAR EL AMOR
LA PRUDENCIA DEL SABIO
ÉTICA ESENCIAL CONDUCTIVA
UNA ACTITUD PROVECHOSA
LA SABIDURÍA ADQUIRIDA

PRIMER PASO PARA TRIUNFAR SOCIALMENTE
TEN EN CUENTA QUE NO SE VENDE EN CUALQUIER
NEGOCIO
FUNDAMENTO EXISTENCIAL VERDADERO
EL SIGNIFICADO TAXATIVO DE LA FORTALEZA
LA SEMILLA DEL AMOR
VERDAD INTRANSIGENTE
EL COMBUSTIBLE QUE ALIMENTA EL FUEGO DEL AMOR
UN PRINCIPIO RESTAURADOR DEL ÁNIMO
LAS PROPIEDADES DE LA SONRISA
PATOLOGÍAS DEL AMOR OCULTO
ES MEJOR DESESTIMARLO
TU PERSONALIDAD FORJADA POR TI MISMO
EL SECRETO DE LA BALDOSA FLOJA
PERSEVERA Y TRIUNFARÁS
EL AXIOMA DE LA FELICIDAD
EL MISTERIO DE LA COMPLETITUD INTEGRAL
METÁFORA DEL AMOR REVELADO
SIGUIENDO LA LÓGICA
LA LUNA Y EL SOL
PROYECCIÓN ENERGÉTICA DE LA IRRADIACIÓN DEL
ALMA
ESENCIA BÁSICA DE SOCIABILIDAD
APRENDER ES CRECER

EL MISTERIO DE DAR Y RECIBIR
NO PERMITAS QUE SE TE ESCAPE
UNA REFLEXIÓN MUY CIERTA
EL ÉXITO A VECES DERIVADO DEL FRACASO
SÉ SU AMIGO FIEL
SECRETO PARA CULTIVAR LA AMISTAD
LA FELICIDAD ES MARAVILLOSA
NO PIENSES EN DARTE POR VENCIDO
ENSEÑANZA INTRÍNSECA DE LA CONDUCTA HUMANA
CIERTAMENTE ES VÁLIDO
ES TU PROBLEMA, RESUÉLVELO
UN ALIMENTO REALMENTE NUTRITIVO
MERECE LO QUE TIENES
LA HERRAMIENTA IDEAL PARA RESOLVERLO SIN
TITUBEAR
DURA BATALLA EXISTENCIAL
EL MISTERIO INTRÍNSECO DEL PERDÓN
UNA VISIÓN RECONFORTANTE
TÚ MISMO LO HAS HECHO
PREMIO POR COSECHAR LO QUE HAS SEMBRADO
LA ESENCIA DE LA CONVICCIÓN