



# NÉCTAR

*Newsletter del Instituto Filosófico Hermético*

## *Preguntas sobre el mundo:*

La mejor prueba de que no controlamos nuestra mente es la dificultad para detener el flujo de pensamientos.

**¿Cómo podemos evitar ser avasallados por las ideas negativas o depresivas?**

[https://www.abc.es/familia/vida-sana/abci-10-claves-para-no-entrar-bucle-201902180206\\_noticia.html](https://www.abc.es/familia/vida-sana/abci-10-claves-para-no-entrar-bucle-201902180206_noticia.html)

## *Qué cuenta Darío Salas Sommer en sus conferencias:*

“Sólo podemos ser felices a partir de nuestro mundo interno. Si queremos estar bien, **lo primero es aprender a estar en el momento presente**. Y tener en cuenta que no podemos hacer las cosas a medias: o hacemos algo, y entonces lo hacemos con todas nuestras fuerzas, o definitivamente no lo hacemos. De otra forma, caeremos en la contradicción interna y nos agotaremos.”

## Miedo al cambio:

Cada día o, mejor dicho, cada momento de nuestra existencia es una aventura gracias a la cual aprender cómo ser mejores y aprovechar nuestra breve oportunidad en este planeta. O debería serlo..., pero el *homo sapiens* es miedoso y su mayor miedo es a lo desconocido: no en vano las mejores películas de terror suelen ser aquéllas en las que el monstruo prácticamente no aparece, sólo se intuye.

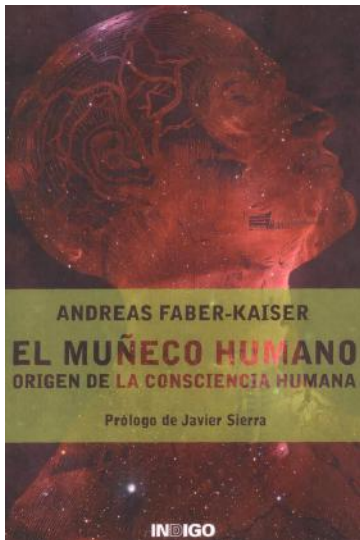
Del miedo a lo desconocido nace el miedo al cambio. Este pavor le lleva a refugiarse en costumbres y rutinas en busca de seguridad. Y le hace concebir la tonta idea de disponer de un “manual para todos los problemas” que funcione más o menos así: si aparece un problema del tipo 37, aplicar la solución 37; si es del tipo 569, la solución 569..., etc. Busca vivir a salvo, protegido por sólidas murallas en lo alto de un farallón inexpugnable, lo cual es una fantasía.

No se da cuenta de que no puede aislarse en un castillo porque se derrumbará, pues **la vida es un océano en movimiento y constante cambio y nada dura en el plano material**. Por ello, lo que debe hacer es convertirse en un surfista y aprender a moverse por encima de las olas con gracia, disfrutando del momento y sin miedo. Y si se cae al agua, volver a subir a la tabla.

De ahí la necesidad de salir del recuadro mental, hacer cosas nuevas, enfrentar retos... Y por esta razón un hermetista asume su vida como una competición deportiva. Si quieres saber cuáles son sus *Deportes Internos*, visita <http://www.ifh.es/internalsports>.



## Libro recomendado:



El periodista y escritor español Andreas Faber Kaiser publicó en 1989 el que habría de ser su último libro, *El muñeco humano*, antes de su inesperado fallecimiento cinco años después. El texto desmonta con multitud de argumentos y apuntes históricos, científicos y culturales la clásica idea de que el ser humano es la cúspide de la Creación y, al contrario, le convierte en el fruto del experimento desarrollado por unos seres ajenos a la Tierra y dotados de una tecnología tan asombrosa que nuestros antepasados los tomaron como dioses. La “fabricación” del hombre, explica el autor, tiene un propósito desconocido que podría estar relacionado con **ciertas energías elaboradas por el *homo sapiens* que de alguna manera servirían de alimento para estos “dioses”**. Faber Kaiser creía también que estos seres no sólo no habían abandonado a su suerte al ser humano, sino que seguían tutelándolo e incluso interviniendo directamente en su Historia en algunas ocasiones, además de continuar nutriéndose de sus misteriosas energías. Igualmente, en

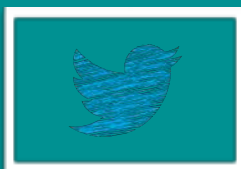
contra de la imagen habitual de un Universo frío y muerto, mostró su convencimiento de que la vida “*no es una prerrogativa del planeta Tierra que habitamos, sino que sus bases se hallan repartidas por doquier en la vasta inmensidad del universo*”.

(En los números anteriores de *Néctar* hemos incluido reseñas de otros libros y películas recomendados. Búscalos en: <http://www.ifh.es/newsletternumeros>)

## Síguenos:



[www.ifh.es](http://www.ifh.es)



@Filosofocreador



Instituto Filosófico Hermético. España.