

■ A Christian Science perspective on daily life ■

Freedom from health limits

HAVE YOU EVER seen a two-ton elephant walking resignedly in a small circle, constrained only by a thin stick and flimsy rope tied to its ankle – and wondered why the elephant didn't just walk off?

One elephant-training technique is to fasten a heavy manacle and chain to its leg, securing the other end of the chain to a stake driven deep into the ground. When the baby elephant tries to walk, it can't move beyond the length of the chain.

The elephant becomes so used to this limitation that it stops resisting and remains within its tether, convinced that it cannot escape.

Eventually, it's restrained by only a thin wooden stake and light rope. Once the elephant has been conditioned to this limited mobility, it remains convinced of its captivity. Its impressions about the strength of the rope and wooden stake – not the rope and stake themselves – keep it imprisoned.

In some ways people have also been conditioned to accept views of health and well-being that imprison them with illness, disease, and limited mobility.

"Chained" to ever-increasing information about diseases, matter-based causes, incurability, and myriad treatments, people unwittingly are conditioned to have seasonal colds and flu; aching joints; vision, hearing, and memory loss when they reach senior years; and other health issues.

Yet, what if those "chains" called disease and deterioration aren't as solid and powerful as we think? What if they're actually as powerless to control us as a light rope is to restrain an elephant? It's one thing truly to be held captive. It's another thing to believe you're imprisoned when actually you're free.

If it's possible that we're not actually restrained by health conditions but just think we are, how can we break free? Jesus said, "Ye shall know the truth, and the truth shall make you free" (John 8:32). And the truth he was referring to goes far beyond any human opinion of what is true. This truth has its basis in God, divine Spirit. God knows each of us, not as mortals suscep-

tible to adverse health conditions, but as His children, made in His likeness to be all good. And the way that God knows and sees us never changes. We are forever good, perfect, whole. Our oneness with God makes this so. God is permanently intact and perfect, never subject to disease or injury. And as God's expression, each of us represents this perfect nature of God. This truth can never be obliterated.

In her book "Science and Health with Key to the Scriptures," Mary Baker Eddy explained: "The power of God brings deliverance to the captive. No power can withstand divine Love. What is this supposed power, which opposes itself to God?... Whatever enslaves man is opposed to the divine government. Truth makes man free" (pp. 224-225).

So, here's a great fact: It's impossible to realize freedom and believe in captivity at the same time – it's one or the other. If the elephant realized the powerlessness of the rope and stake, it would walk away. In the same way, we can realize the truth that nothing can keep us captive – and that nothing ever will. No health condition can chain us. God has made us free, and there are no limits to health and well-being.

I've proved this for myself. When I was growing up, one of my feet had developed incorrectly and was painful. Year after year, my activities were limited. In prayer one evening, I listened to God. The message I heard in my heart was, "You have *always* been My cherished, perfect, spiritual child." The condition I'd thought was binding me had no power, because God's love is the only power. I accepted this realization unreservedly. The "chains" fell away. I was free – free to run and play and work. My foot was healed completely.

Whatever health condition may appear to limit your life, don't be fooled. You can move forward because you know the truth that God has already made you free.

Adapted from The Christian Science Journal.

WHAT IF OUR
'CHAINS' AREN'T
AS SOLID
AS WE THINK?

A Spanish translation of today's article on Christian Science

Veamos la vida diaria desde una perspectiva de la Ciencia Cristiana

Libre de limitaciones de salud

¿Viste alguna vez a un elefante de dos toneladas caminando con cara de resignación en un pequeño círculo, atado tan solo con una soga delgada y frágil a su tobillo, y te has preguntado porque el elefante no se escapa?

Una de las técnicas para entrenar elefantes es colocarle un freno muy pesado y una cadena a su pata, asegurando el otro extremo de la cadena a una estaca hundida profundo en el suelo. Cuando el bebé elefante trata de caminar, no puede hacerlo más allá del largo de la cadena.

El elefante está tan acostumbrado a esta limitación que deja de resistirse y se mantiene dentro de los márgenes de su atadura, convencido de que no puede escapar.

Con el tiempo, es restringido simplemente por una estaca muy delgada de madera y una soga liviana. Una vez que el elefante ha sido condicionado a esta limitación de movimiento, continúa convencido de su cautiverio. La idea que tiene acerca de la fuerza de la soga y de la estaca de madera —no la soga y la estaca mismas— lo mantienen prisionero.

En cierta forma las personas también han sido condicionadas a aceptar ciertos puntos de vista acerca de la salud y el bienestar que las mantiene prisioneras de las enfermedades, dolencias y limitación de movimiento.

"Encadenada" a la información cada vez mayor acerca de las enfermedades, las causas basadas en la materia, la incurabilidad e innumerables tratamientos, la gente, inconscientemente, está condicionada a tener los resfríos y gripes propios de las estaciones del tiempo, coyunturas doloridas, pérdida de visión, audición y memoria cuando llegan a edad más adulta, y otras situaciones relacionadas con la salud.

No obstante, ¿qué sucedería si esas "cadenas" llamadas enfermedad y deterioro no fueran tan sólidas y poderosas como nosotros pensamos? ¿Qué ocurriría si en realidad no tuvieran ningún poder para controlarnos como una soga liviana restringe a un elefante? Una cosa es que nos mantengan cautivos de verdad. Y otra es creer que uno está prisionero, cuando en realidad es libre.

Si existe la posibilidad de que no estemos restringidos por las condiciones de salud, sino que sólo pensamos que lo estamos, ¿cómo podemos liberarnos? Jesús dijo: "Conoceréis la verdad, y la verdad os hará libres" (Juan 8:32). Y la verdad a la que se refería va mucho más allá de cualquier opinión humana respecto a lo que es verdad. Esta verdad tiene su base en Dios, el Espíritu divino. Dios nos conoce, no como mortales sus-

ceptibles de sufrir condiciones adversas de salud, sino como Sus hijos, hechos a Su semejanza para ser totalmente sanos. Y la manera en que Dios nos conoce y nos ve nunca cambia. Somos por siempre buenos, perfectos y sanos. Nuestra unicidad con Dios hace que sea así. Dios está intacto y es perfecto permanentemente, y nunca está sujeto a las enfermedades y a las lesiones. Como la expresión de Dios, cada uno de nosotros representa esta naturaleza perfecta de Dios, y esta verdad nunca puede ser destruida.

En su libro *Ciencia y Salud con Clave de las Escrituras*, Mary Baker Eddy explicó: "El poder de Dios libera al cautivo. Ningún poder puede resistir al Amor divino. ¿Qué es ese supuesto poder que se opone a Dios?... Todo lo que esclavice al hombre es contrario al gobierno divino. La Verdad hace libre al hombre" (pág. 224-225).

De modo que es imposible ser libres y creer en el cautiverio al mismo tiempo. Es uno o el otro. Si el elefante se diera cuenta de que la soga y la estaca no tienen ningún poder, podría liberarse. De la misma forma, nosotros también podemos comprender que nada nos puede mantener cautivos, y nada podrá hacerlo. Ninguna condición de salud puede encadenarnos. Dios nos ha hecho libres, y la salud y el bienestar no tienen límite.

Yo pude comprobarlo. Cuando era jovencito, tenía un pie que se había desarrollado mal y me dolía mucho. Durante años, me tuve que limitar a realizar ciertas actividades. Una noche, estaba orando y me puse a escuchar a Dios. El mensaje que escuché en mi corazón fue el siguiente: "Tú *siempre* has sido mi hijo amado, perfecto y espiritual". La condición que yo pensaba que me mantenía atado en realidad no tenía ningún poder, porque el amor de Dios es el único poder. Yo acepté esta percepción sin reservas. Las "cadenas" cayeron, y me liberé por completo. Estuve libre para correr, jugar y trabajar. Mi pie sanó por completo.

Cualquiera sea la condición de salud que aparente limitar tu vida, no te dejes engañar. Tu puedes progresar porque conoces la verdad de que Dios ya te ha hecho libre.

Adaptado de The Christian Science Journal.

Ciencia y Salud con Clave de las Escrituras escrito por Mary Baker Eddy, está disponible en inglés y en otros 16 idiomas, entre ellos español. Todas las traducciones tienen el texto en inglés en la página opuesta. Usted puede adquirir *Ciencia y Salud* y otra literatura de la Ciencia Cristiana en las Salas de Lectura de la Ciencia Cristiana, establecidas en todo el mundo, o puede escribir a:

The Christian Science Publishing Society, P.O. Box 1875, Boston, MA 02117-1875 E.U.A.



Get a FREE copy of the
Christian Science Sentinel, a
magazine of practical spirituality.

CHRISTIAN SCIENCE®
Sentinel

Get a FREE copy!

www.cssentinel.com