

El Ente Espiritual dentro de Nosotros Mismos.

Independientemente de nuestra preparación cultural o académica, y de nuestras habilidades innatas, nos formulamos preguntas tales como ¿qué hago aquí en este momento?, ¿hacia dónde voy?, ¿cómo comenzó la humanidad, ...el universo? Cuando estamos solos frente a la inmensidad de la naturaleza, perdidos como un punto dentro del paisaje y siendo parte del paisaje mismo, entramos de forma inadvertida en las frecuencias de una meditación más o menos profunda. De acuerdo a nuestras creencias sobre lo infinito y lo superior, que comúnmente son un sincretismo de filosofías, invocamos la fuerza excelsa o los seres etéreos en búsqueda de gracia y favores. Todas estas conductas se relacionan con el ente espiritual que somos. Además de recibir, el poder trascender nos permite influir sobre todo aquello que tocamos con nuestra presencia.

Es importante reflexionar sobre esta realidad humana ya que nuestra existencia va más allá de los controles externos y de hasta lo que pensamos de nosotros mismos. Esta capacidad nos da una gran fuerza y determinación para actuar ya sea positiva o negativamente. El ser humano nunca podrá actuar de forma autómata porque todas nuestras acciones llevan consigo intención. Aún cuando parezcamos mecanizados por rutinas impuestas somos seres espirituales con capacidades indescriptibles. Algunos nos podemos convertir en seres con “cargas de energía negativa” cuando nos envolvemos en procesos deshumanizantes. Esos procesos no son otra cosa que todos aquellos que evitan o debilitan el ejercicio de las capacidades mente-espíritu en actividades armoniosas con el universo.

Nuestro ente espiritual debe ser fuerte, prevaleciente... Es lo que nos distingue del resto de la naturaleza porque tenemos la capacidad de ocupar la posición más alta dentro de ella, contemplarla e interactuar con cada uno de los seres animados o inanimados que coexisten en ella. El conjunto de valores y creencias que nos provocan apreciar el universo dentro de un contexto existencial se encuentra enmarcado dentro de alguna de las muchas religiones promulgadas por las sociedades del mundo. En Puerto Rico nuestras creencias son mayormente Cristianas. Poniendo en práctica aquéllos dotes que abonan a nuestra paz interior, mejoraremos el seno familiar ya que nuestras acciones nunca serán desapercibidas.

La persona en vías de evolución y superación reconoce y alimenta la dimensión espiritual como esencial, inevitable, palpable. Te invito a regalarte un espacio de cinco minutos, contemplar la figura de Jesús o la de tu guía espiritual, en silencio, olvidándote

de todos los elementos que te atan a tu casa, tu trabajo, tus responsabilidades familiares...
Son sólo cinco minutos para mirar a tu Maestro o a tu guía a los ojos y preguntarle esta vez
¿qué deseas?

Sarah N. Santiago Rodríguez, Psicóloga Clínica

Diciembre 14 de 2010