

CONOCIMIENTO PERSONAL**FICHA: SOMOS CRIATURAS****ANEXO I**Somos criaturas

"En 1995, Wilhelm Gräb escribió en su libro "Big Ban o Creación", la famosa frase "la naturaleza pierde a sus muertos, la Creación, no". Aquí la expresión "naturaleza" se utiliza para designar al conjunto de los procesos biológicos. Su principio es el de conducir todo a su recuperación, bien sea el agua, bien sean los organismos que proceden de ella". Esto lo descubrimos en aquello del Ciclo de la Vida de la película "El Rey León". El término Creación en esta cita se refiere al esbozo de un mundo que incluye el espíritu creado "a su imagen y semejanza", consciente de sí mismo y de su sentido, en íntima unión con un "ser supremo". Así la Creación comprende lo humano del hombre, superando así los principios puramente biológicos de lo material y acoplándose a los misterios de lo espiritual." (Lukas, Elizabeth: 2002)

Pero ¿qué es esto de "lo espiritual"? La Organización Mundial de la Salud ha dicho que "esto de lo espiritual" se refiere a aspectos y experiencias que trascienden los fenómenos sensoriales. Otras personas lo definen como experiencias que nos "atrapan" más allá de lo ordinario y nos capacitan para encontrar sentido a lo que somos y vivimos y tienden puentes entre las personas. Es decir que hablamos de un que hay un YO "existencial" y un YO "espiritual".

¿Cómo accedemos a este nivel?

Ken Wilber es un psicólogo transpersonal que dice que tenemos tres ojos para mirar la realidad. El ojo biológico que recoge el mundo del empirismo, lo que entra tal cual por los sentidos. El ojo de la mente, que es el mundo del racionalismo, lo que nosotros elaboramos intelectualmente. Y hace referencia al ojo del espíritu, que es el que abre al mundo del misticismo.

Este ojo lo tenemos poco entrenado y es muy posible que esté captando señales a las cuales no damos importancia y que pasan desapercibidas para nosotros, pero que si nos paramos un momento podemos notarlas. Como dice la OMS son esos aspectos que trascienden la experiencia de lo sensorial. ¿Quién no ha sentido ese "algo más" en determinados momentos de su vida?

Esta experiencia espiritual que incluye la experiencia religiosa, pero que va más allá y no es patrimonio de cristianos, budistas o incluso de aquellos que dicen no creer en nada encuentra diversos ámbitos en los que se puede cultivar: en **la naturaleza**: al contemplar la grandiosidad o la simplicidad del universo en que vivimos; **en el arte**: al contemplar un cuadro o una escultura o escuchar una composición musical; **en las relaciones interpersonales**: en el encuentro profundo con otra persona con la que compartes la vida; **en la experiencia religiosa**: en momentos de meditación y oración profundos.

Como todos los sentidos, este ojo del espíritu si no se cultiva se atrofia, por eso es importante ejercitarlo para no perder un sentido que es tan fundamental como los otros y que nos abre a una vivencia de la realidad más amplia y con más sentido.