

¿Es posible multiplicar el poder de la mente?
Parte III. Inteligencia espiritual. En busca de una visión global de la vida.

Dr. Sergio Teijero Páez
Consultor y analista independiente
Profesor e Investigador Asociado
Universidad Central de Venezuela
steijero@gmail.com/04166335561

“La inteligencia espiritual es el modo definitivo de conocimiento. Sirve para imaginar posibilidades no realizadas y para trascender el metódico y pesado caminar de la vida. También para entender el dolor, para responder las cuestiones filosóficas básicas sobre la vida y para encontrar sentido tanto temporal como existencial”.

Cynthia Davis-Lockwood

El ser humano por lo general se admira de ver la altura de las grandes montañas, las olas del mar cuando están crecidas, los ríos caudalosos, la grandeza de los océanos, la belleza del atardecer en el horizonte, una mesa bien servida, pero se olvida que en primer lugar debe admirarse a sí mismos.



¿Qué sabemos de nosotros mismos según Buzan (2008)?

- Que nuestro cuerpo está formado por 200 huesos de compleja estructura y perfectamente articulados, 500 músculos con miles de millones de fibras musculares y casi 12 millones de fibras nerviosas que coordinan todo el funcionamiento del cuerpo.
- Que los científicos aún no logran explicar cómo trabajan nuestros ojos, nariz, piel y boca, debido esencialmente a su sensibilidad.

- Que nuestro corazón es una gran bomba mecánica, que bombea cada año de nuestra vida un promedio de 36 millones de veces.
- Que el número de células de nuestro cerebro equivale a 167 veces la población del planeta.

Pero también sabemos que:

- Cada uno de nosotros es único y diferente al resto de las personas que habitan el planeta tierra.
- Los átomos de que estamos hechos proceden de las estrellas.
- Somos capaces de grandes actos de valor, resistencia, heroísmo y sacrificio.



Pero, somos desgraciadamente de los peores en exceso de codicia, egoísmo, depravación y crueldad. Ese es el milagro del ser humano.

Sin embargo, en opinión del Dr. Teijero, el ser humano es eminentemente social y espiritual, la sociedad lo crea, lo modela lo educa, lo llena de espiritualidad e intenta llevarlo por el camino correcto. Lo que hace que no pueda vivir al margen de ella porque se destruye su condición humana esencial. El ser humano trabaja, piensa y con sus ideas es capaz de transformarlo todo. Por tanto, si se le quita su capacidad de actuar, siendo las ideas producto de la práctica, se destruye su capacidad de pensar, que es una condición esencial de la vida. El ser humano trabaja y el trabajo no sólo lo transforma, sino que lo convierte en eminentemente social y espiritual. Además, el ser humano social, espiritual, pensante y actuante vive y se desarrolla en medio de relaciones ideológicas, políticas, laborales, profesionales, manuales, intelectuales, y técnicas. Asimismo, tiene relaciones personales y familiares y sexuales que son las más personales, directas y necesarias, que expresan profundamente su propia condición humana. Si al ser

humano, se le anulan todas sus relaciones sociales, se le termina destruyendo y su vida se convierte en pura apariencia. Pero algo muy importante:

“Se humilde porque estas hecho de tierra. Se noble porque estas hecho de estrellas”.

Proverbio serbio

Ahora, **busquemos una visión más amplia de la vida que nos lleve a identificar los rasgos principales de las personas eminentemente inteligentes.**

El universo es inmenso y es esto precisamente lo que crea en los seres humanos una sensación de entusiasmo, asombro y a la vez espanto, que provoca todo tipo de preguntas espirituales, sobre el sentido de nuestra existencia, misión y lugar individual en ese universo. Y precisamente porque el universo es inmenso:

- La tierra no es más que uno de los 9 planetas del sistema solar que giran alrededor del sol.
- El sol es cientos de miles de veces más grande que la tierra, pero no es más que una pequeña muestra de los diez mil millones de soles, que componen la galaxia local donde giramos.
- Nuestra galaxia es una entre el millón de millones de galaxias todas a millones años luz entre ellas y separada a una distancia tan grande que ni viajando 100 años a la velocidad de la luz no sería posible cruzarla.



Las personas espiritualmente inteligentes para Buzan (2008):

- Tratan de ser conscientes de lo grande que puede ser todo ser viviente y de la inmensa y gigantesca belleza del universo.
- Sienten amor y respeto por la naturaleza.
- Tienen inspiraciones espirituales que muestran a través de la música y la poesía.

- Narran que ver la muerte de cerca les ha ayudado a salir de su insensibilidad espiritual.
- Están convencidas de que pueden cambiar las cosas.
- Ven el mundo en positivo. Siempre afirman por supuesto que sí. Todo lo que dicen afecta a tu entorno y a las personas que te rodean. Si piensas en positivo, aumentan considerablemente tus intenciones de hacer algo que salga bien. Esto te hace influir en la raza humana y en el planeta de forma positiva y elegir un espíritu inmortal que le brinda placer y felicidad a tu vida.



Ahora que estás consciente de tu propia fastuosidad, de la inmensidad y belleza del universo, de la maravillosa naturaleza que te rodea y de que tu espíritu es inmortal, desarrolla el siguiente ejercicio espiritual (Buzan, 2008):

1. **Recuérdate a ti mismo lo milagroso que eres.** Fíjate el propósito de recopilar más información sobre las extraordinarias capacidades de tu cuerpo y tu cerebro. Estudia el cerebro y sus genes. Aplica este conocimiento a tu autoconciencia y al constante desarrollo de la confianza en ti mismo.
2. **Recuerda que todos los seres humanos somos milagrosos.** Aplica los conocimientos adquiridos sobre tu cuerpo, tu cerebro y sobre ti mismo, a todas las personas que te rodean. Empezarás a darte cuenta de que el resto de los seres humanos son tan únicos como tú, descubrirás que miras a las personas de una nueva forma, desde su propio interior. Entonces, decide que puedes hacer para apreciarlas, ayudarlas y aprender más de ellas y de su espiritualidad.
3. **Aprende de lo bueno y lo malo que te ha pasado en la vida.** Revisa tu vida, tus acontecimientos, las cosas que te han pasado y cómo las has enfrentado. Convéncete de que cada una de estas cosas está reforzando tu vida, tu espíritu y tu de vivir para contigo y en sociedad. Has todo lo que puedas para que toda la experiencia resultado de tu análisis te ayude a desarrollar más tu fortaleza espiritual.

4. **Aprende a apreciar la belleza de la vida que te rodea.** Camina por el campo, un parque o un jardín. Absorbe el aire fresco, los diferentes aromas, escucha los sonidos y la paz. Hace esto solo y acompañado y compara los resultados.



5. **Juega a ser único.** Piensa en todo lo que has hecho y pensado en tu vida y trata de imaginar alguien que lo haya hecho y pensado igual. Convéncete que eres único entre todos los seres humanos que habitan este planeta que también son únicos. Vive tu simultánea y convéncete de lo individual y a la vez común que eres.
6. **Mira a las estrellas.** Todo el universo que estás viendo lo están recreando en tu mente, esto aumenta tu espiritualidad y te ayuda a crecer en la vida.
7. **Pregúntate: ¿tiene límites el universo?, ¿Podría ser nuestro universo una parte de otro mucho mayor?, ¿existe alguna fuerza unificadora que hace que todo esto fusione?.** Deja volar tu imaginación, responde creativamente, pregunta a otras personas y compara las respuestas que obtienes con las tuyas. Esto te hará no sólo espiritual sino creativo.
8. **No te quejes sobre el clima.** Piensa que la tierra es un paraíso donde puedes vivir confortablemente y a gusto en el lugar que desees. Disfruta del tiempo. Repite, todo el clima del universo es bueno.

9. **Tómate algún tiempo de descanso.** Detente, reflexiona, deja que tu mente desarrolle la capacidad de dejarte realizar nuevas creaciones. Posteriormente retoma tu trabajo.

Ahora, para cerrar esta Parte III repite en silencio, en voz alta, cantando, escribiendo, como mejor te sientas, los siguientes potenciadores espirituales (Buzan, 2008):

- Soy una milagrosa obra de arte y de diseño, continuamente exploro y desarrollo mi potencial humano.
- Cada día me preocupo más por el resto de los seres humanos que habitan el planeta tierra.
- Soy único e igual a la vez todos los demás seres humanos. Exploro y practico mis sentimientos como ser individual y como ser social.
- Todo lo que digo, hago y creo tiene efectos importantes y eternos para mi vida.
- Intento que los esfuerzos que hago por vivir una vida mejor sea beneficiosos para mí y para los demás.
- Vivo en un planeta que es un paraíso. Estoy agradecido por la oportunidad que me brinda de vivir y por los generosos regalos que me ofrece. Me comprometo a cuidar de él.

Fuentes consultadas

Buzan, T. (2008). *El poder de la Inteligencia Espiritual*. 10 formas de despertar tu genio espiritual. Madrid: Ediciones URANO, S.A.

Teijero, S. (2015). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Primer artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con todos los seguidores.

Teijero, S. (2015). Es posible multiplicar el poder de la mente. Inteligencia espiritual. Parte II. Espíritu, espiritualidad e inteligencia espiritual. Segundo artículo de la serie Inteligencia Espiritual: la suprema de las inteligencias. Publicado en Facebook y compartido con todos los seguidores.