

A person is shown in silhouette, sitting in a meditative pose (Padmasana) on a dark, rounded rock. Their hands are raised in a prayer position (Anjali Mudra) above their head. The background is a vibrant, colorful cosmic scene with a starry purple and blue sky, a bright yellow and orange light source behind the person, and a large, colorful planet or nebula on the right side. The overall mood is spiritual and contemplative.

EXPERIENCIAS CERCANAS A LA MUERTE según las neurociencias y la espiritualidad



Sello Editorial
Universidad Nacional
Abierta y a Distancia

EXPERIENCIAS CERCANAS A LA MUERTE SEGÚN LAS NEUROCIENCIAS Y LA ESPIRITUALIDAD

Autores:

Edgardo Pertuz Molina

Julio César Ramírez Vargas

Wilson Meneses Sánchez

UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA (UNAD)

Jaime Alberto Leal Afanador

Rector

Constanza Abadía García

Vicerrectora académica y de investigación

Leonardo Yunda Perlaza

Vicerrector de medios y mediaciones pedagógicas

Édgar Guillermo Rodríguez Díaz

Vicerrector de servicios a aspirantes, estudiantes y egresados

Leonardo Evemeleth Sánchez Torres

Vicerrector de relaciones internacionales

Julialba Ángel Osorio

Vicerrectora de inclusión social para el desarrollo regional y la proyección comunitaria

Myriam Leonor Torres

Decana Escuela de Ciencias de la Salud

Clara Esperanza Pedraza Goyeneche

Decana Escuela de Ciencias de la Educación

Alba Luz Serrano Rubiano

Decana Escuela de Ciencias Jurídicas y Políticas

Martha Viviana Vargas Galindo

Decana Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades

Claudio Camilo González Clavijo

Decano Escuela de Ciencias Básicas, Tecnología e Ingeniería

Jordano Salamanca Bastidas

Decano Escuela de Ciencias Agrícolas, Pecuarias y del Medio Ambiente

Sandra Rocío Mondragón

Decana Escuela de Ciencias Administrativas, Contables, Económicas y de Negocios

EXPERIENCIAS CERCANAS A LA MUERTE
SEGÚN LAS NEUROCIENCIAS Y LA ESPIRITUALIDAD

Autores:

Edgardo Pertuz Molina
Julio César Ramírez Vargas
Wilson Meneses Sánchez

616.8
P469

Pertuz Molina, Edgardo

Experiencias cercanas a la muerte según las neurociencias y la espiritualidad/
Edgardo Pertuz Molina, Julio César Ramírez Vargas, Wilson Meneses Sánchez--
[1.a. ed.]. Bogotá: Sello Editorial UNAD /2023.

ISBN: 978-958-651-934-2

e-ISBN: 978-958-651-935-9

1.Neurociencia 2. Neuromitos 3. Teorías de la conexión mente-cuerpo 4. Muer-
te cerebral 5. Neuroplasticidad 6. Plan prenatal I. Pertuz Molina, Edgardo II. Ra-
mírez Vargas, Julio III. Meneses Sánchez, Wilson

ISBN: 978-958-651-934-2

e-ISBN: 978-958-651-935-9

Escuela de Ciencias de la Educación (ECEDU)

©Editorial
Sello Editorial UNAD
Universidad Nacional Abierta y a Distancia
Calle 14 sur No. 14-23
Bogotá, D.C.

Octubre de 2023

Corrección de textos: Angie Sánchez

Diagramación: Nancy Barreto Barreto

Edición integral: Hipertexto - Netizen

Esta obra está bajo una licencia Creative Commons - Atribución – No comercial – Sin Derivar 4.0 internacional.

https://co.creativecommons.org/?page_id=13.





RESEÑA DE LOS AUTORES

Julio César Ramírez Vargas, Ph. D.

Fundador y director de la Fundación Instituto Científico Neurointegral (ICN), Ramírez Vargas se graduó en Ciudad de México como licenciado en Psicología, luego en la Especialización en Salud Ocupacional, obtuvo su Maestría en Neurociencias, y tiene estudios de Doctorado en Neurociencias y Biología Neuronal; además, ostenta el grado honorífico de doctor honoris causa por la Universidad Nacional de la Amazonía Peruana (UNAP). Neurocientífico, investigador, terapeuta, conferencista, catedrático y escritor, hace parte de destacadas redes internacionales de conocimiento e investigación.

Wilson Meneses Sánchez, esp.

Ciudadano con discapacidad, según la terminología médica oficial, que estuvo en estado de coma y estado vegetativo persistente durante once meses cuando tenía trece años debido a un nefasto accidente de tránsito en Pitalito, Huila (Colombia), que lo dejó con una parte de su cerebro destruida. En 2011 se le diagnosticó dislexia, pero el espíritu de superación de Wilson le ha permitido desarrollar capacidades especiales que lo llevaron a inscribirse en el Servicio Nacional de Aprendizaje (Sena), y de allí egresó de la Tecnología en Gestión de Mercados del Centro de Gestión y Desarrollo Sostenible Surcolombiano; después, con más fortaleza espiritual y física, ingresó a la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), de donde egresó como licenciado en Inglés como Lengua Extranjera y, más adelante, como especialista en Pedagogía para el Desarrollo del Aprendizaje Autónomo. En la actualidad es docente en el programa de Licenciatura en Lenguas Extranjeras con Énfasis en Inglés en la Escuela de Ciencias de la Educación (ECEDU) en el CCAV Pitalito y docente investigador de la UNAD. Desde que tuvo su experiencia cercana a la muerte (ECM) tiene una gran pasión por el estudio científico de las ECM.

Edgardo Pertuz Molina, editor

Profesor de Matemáticas, Lingüística e Inglés, y escritor. Edgardo estudió en Bogotá Ingeniería Eléctrica en la Universidad Nacional de Colombia, también estudió Inglés en el Centro Colombo Americano, y Alemán en el Instituto Cultural Colombo Alemán (hoy Goethe-Institut Kolumbien). Traductor de inglés a castellano, editor y corrector de estilo de decenas de libros de texto universitario para editoriales estadounidenses; es, además, estudiante entusiasta de la doctrina espírita: filosofía, ciencia y moral con énfasis en el desarrollo del Espíritu. Esas inquietudes espirituales surgieron en él a sus quince años, después de salir del estado de coma en que quedó durante tres semanas tras ser blanco del ataque de una raya cuando pescaba; en ese estado de coma tuvo una experiencia cercana a la muerte (ECM), y dicho episodio cambió su vida de modo sustancial. Desde que vivió esa ECM tiene una gran pasión por el estudio científico de las ECM.



RESEÑA DEL LIBRO

La experiencia maravillosa de la vida del ser humano es eterna y sigue su marcha de modo inexorable en los ámbitos físico y espiritual alternados, así como se alternan el día y la noche. Las alegrías que disfruta, los sufrimientos que padece y, en general, todas las pruebas de la vida material hacen parte de su respectivo proceso de evolución, y su objetivo es progresar en los aspectos moral y espiritual, los más importantes de su vida, hasta despojarse de todas las imperfecciones, impurezas e influencias de la materia y gozar de la vida eterna.

En el propósito de su perfeccionamiento es posible que enfrente una experiencia cercana a la muerte (ECM), un estado clínico en el cual el riesgo de muerte es inminente. En este libro presentamos una breve secuencia del enfoque de las ECM desde el ámbito de la materia, de los procesos fisiológicos que son objeto de las ciencias de la salud, entre ellas las neurociencias. Después exponemos el enfoque desde el ámbito de la mente, pero en vez de poner todo en la psiquis, según el concepto griego de “alma”, lo elevamos al Espíritu inmortal, y consideramos que este enfoque de las ECM aporta al desarrollo integral de la humanidad el conocimiento universal de que la consciencia como tal existe siempre separada del cuerpo físico, pues las ECM son encuentros espirituales en los diferentes mundos existentes en el universo infinito, son compromisos elegidos por el Espíritu en su proceso de crecimiento moral y espiritual. Es decir, cuando la persona se encuentra en estado de coma, o diagnosticada con muerte clínica, está en una condición propicia para vivir experiencias cercanas a la muerte. Por ende, en ese estado el alma (Espíritu encarnado) de la persona sale del cuerpo físico desde la glándula pineal del cerebro por el denominado cordón plateado, que es un vórtice de energía cuántica mediante el cual puede moverse entre los planos físico y espiritual.

Todos los casos de ECM que suceden son vivencias espirituales para que la humanidad de este planeta evalúe su consciencia y su voluntad, y haga siempre el bien para evolucionar en los aspectos moral y espiritual, que son los más importantes de la vida. Por tanto, las muchas dudas clínicas acerca de las causas de las ECM indican que jamás se producen por anoxia, epilepsia, hipercapnia, hipoxia, isquemia, abuso de sustancias psicoactivas, administración incorrecta de medicamentos, y otras supuestas causas.



Agradecimientos

Al doctor Jaime Alberto Leal Afanador, rector de la UNAD,
por creer en este proyecto académico y apoyarlo
para beneficio de la comunidad unadista
y de la humanidad.





CONTENIDO

Prefacio	13
Introducción	15

PARTE 1

Capítulo 1. El cerebro humano visto desde las neurociencias

1.1 Introducción	17
1.2 Qué se entiende por neurociencias	18
1.3 Origen y evolución de las neurociencias	19
1.4 Conozcamos un poco sobre el cerebro	23
1.5 Conexiones y tejidos neuronales	23
1.6 Partes del cerebro	24
1.7 Neuromitos	26

Capítulo 2. Conexión mente-cuerpo

2.1 Teorías de la conexión mente-cuerpo.....	31
2.2 Psiconeuroinmunoendocrinología.....	32
2.3 Bucles “como siento pienso” y “como pienso siento”	34
2.4 Terapias de integración mente-cuerpo	35

Capítulo 3. Neuroplasticidad infinita y metodología neurointegral

3.1 ¿A qué se le llama neuroplasticidad cerebral?	37
3.2 Metodología neurointegral.....	42
3.3 Herramientas físicas, psicoemocionales y contemplativas.....	44

Capítulo 4. Lo que pasa en el cerebro después de la muerte

4.1	La tecnología como aliada	48
4.2	Muerte cerebral.....	49
4.3	Cuándo se declara definitivamente la muerte	49
4.4	Registros de actividad cerebral <i>post mortem</i>	50
4.5	¿Cómo se logró este efecto?.....	52

PARTE 2

Capítulo 5. Experiencias cercanas a la muerte

5.1	Mi caso	62
5.2	Plan prenatal	67

Capítulo 6. El ser humano integral

6.1	Somos espíritus encarnados.....	71
6.2	Periespíritu.....	72
6.3	Reencarnación	73

Capítulo 7. Leyes del universo

7.1	Antecedentes.....	77
7.2	Doctrina espírita	80
7.3	Espíritu y materia.....	84
7.4	Principio vital.....	86
7.5	Las leyes morales.....	93
7.6	La ley natural	95
7.7	“Muchas moradas tiene la casa de mi Padre”	110
	Referencias	115



PREFACIO

El amor es la fuerza vital de la humanidad: la vida es hermosa, y es aún más hermosa con amor. El amor resuelve todos los problemas del ser humano y de la humanidad, pero la poca disposición de entrega, de amar a nuestros semejantes y de interactuar siempre de manera armoniosa entre nosotros causa toda clase de conflictos sociales en este bello y maravilloso planeta; la poca expresión de trato reflexivo, respetuoso y de gratitud hacia nuestra madre naturaleza causa deterioro ambiental, cambios climáticos, desastres ecológicos, extinción de especies, y estamos a pocas décadas de generar una catástrofe climática sin precedentes en la historia de este mundo y de consecuencias imprevisibles para la humanidad. Esto parece algo incomprensible para varios miles de millones de nuestros semejantes, compañeros de viaje en esta extraordinaria nave planetaria.

En cambio, al vivir en armonía con nosotros mismos, con nuestros semejantes y con nuestra madre naturaleza se produce un múltiple efecto recursivo y resiliente en nuestro cerebro, que es el instrumento del Espíritu, instrumento del principio inteligente universal, el componente principal del ser humano de cada uno de nosotros. Gran parte de ese efecto recursivo y resiliente consta de vibraciones positivas, amabilidad, benevolencia, bondad, caridad, comprensión, empatía, fraternidad, generosidad, humildad, indulgencia, paciencia, perdón, solidaridad, tolerancia y otras expresiones espirituales que permiten a cada cual realizar las pruebas existenciales de su proyecto de vida, sin causar daño a nadie, y evolucionar para beneficio propio y de la humanidad. Así, las existencias siguientes son mucho más creativas, más placenteras, más productivas y con mayor grado de bienestar y prosperidad.

Pero sin dar soluciones a los problemas de egoísmo, orgullo, apego a la materia y a las riquezas materiales, a filosofías y religiones excluyentes, y a otras expresiones del egoísmo que cada cual tiene en su mente y en su corazón, habrá siempre problemas de salud en miles de millones de seres humanos durante toda su vida. Entonces, el plan prenatal del Espíritu y las pruebas existenciales de su proyecto de vida en existencias siguientes exigen más compromisos y mayor decisión de crecimiento moral y espiritual para evolucionar; entre muchas de esas pruebas están padecer enfermedades degenerativas crónicas a leves o de mucho sufrimiento, coma, experiencias cercanas a la muerte (ECM), que son oportunidades espirituales para

perdonarse, perdonar y pedir perdón a sus semejantes, resarcir deudas espirituales, morales o materiales del pasado y progresar.

Este libro consta de dos partes, que consolidan entre sí su unidad argumental. La parte 1 está conformada por los capítulos 1, 2, 3 y 4 y trata del estudio del sistema nervioso central, del conocimiento y funcionamiento del cerebro, órgano maravilloso, instrumento del Espíritu y punto de partida de las neurociencias, para conocer el desarrollo, funciones y habilidades básicas del ser humano, y cómo potenciar dichas funciones, promover la plasticidad neuronal y aplicar un enfoque con metodología neurointegral. La parte 2 consta de los capítulos 5, 6 y 7; los capítulos 5 y 6 tratan del estudio del ser humano integral y de las ECM; y el capítulo 7 se ocupa de las leyes del universo, que constan de las leyes morales y las leyes naturales, y de la solidaridad entre los seres humanos y los mundos.

Esperamos que estas reflexiones contribuyan a la transición hacia un mundo de regeneración, y que la vida nos sonría hoy y siempre.

Gracias.

Edgardo, Julio César y Wilson

Bogotá, D. C., Colombia, abril de 2023



INTRODUCCIÓN

En su tránsito por este bello y maravilloso planeta el ser humano ha de enfrentar muchas pruebas, y entre ellas estará varias veces la enfermedad, la cual es, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la “alteración y desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos, y cuya evolución es más o menos previsible”. En el proceso biológico y en las interacciones medioambientales y sociales están siempre presentes la salud y la enfermedad como parte integral de la vida, y distintas disciplinas del conocimiento investigan y hacen el diagnóstico, tratan la prevención y aplican el tratamiento de las enfermedades en sus respectivos objetos de actuación. Así, la fitopatología se ocupa de las enfermedades de las plantas; la veterinaria atiende las de los animales; y las ciencias relacionadas con la protección, el fomento y la restauración de la salud de los seres humanos son la enfermería, la fisioterapia, la medicina, la psicología, la psiquiatría, la sexología, y muchas otras.

Las enfermedades causan un impacto evidente en el desarrollo de la vida individual y colectiva de la especie humana. La relación de causa y efecto de las enfermedades del cuerpo es incuestionable en muchos casos, por ejemplo, en las enfermedades infecciosas; en otras enfermedades la causa es poco clara porque en ellas intervienen varios factores patogénicos, por ejemplo, la diabetes, la hipertensión arterial, la infertilidad; algunas enfermedades tienen por ahora causa incierta o desconocida, entre ellas las de índole neurodegenerativa, los diversos síndromes (el sida, el de Alzheimer, el de Parkinson), y otras de orden psicosomático, por considerarse de origen psicológico. Y las enfermedades que mayores impactos tienen sobre el individuo que las padece y la sociedad son las de causas desconocidas y de efectos más desconocidos aún, entre ellas las experiencias cercanas a la muerte (ECM), a las cuales les asignan causas que dejan muchas dudas clínicas.

Ante las muchas dudas clínicas respecto de las ECM y de otras enfermedades de causas desconocidas, en este libro planteamos un enfoque desde el ámbito de la mente, pero en vez de quedarnos en la psiquis, vamos mucho más allá, al ámbito del Espíritu inmortal. Y al ser evidente la supremacía del Espíritu sobre la materia, consideramos que este enfoque de las ECM aporta a la humanidad el conocimiento universal de que la consciencia como tal existe siempre separada del cuerpo físico, de modo que las ECM son encuentros espirituales en los diferentes mundos

existentes en el universo infinito. Es decir, cuando la persona está diagnosticada con muerte clínica o en estado de coma está en una condición propicia para vivir experiencias cercanas a la muerte. Por consiguiente, en ese estado el alma (Espíritu encarnado) de la persona sale del cuerpo físico desde la glándula pineal del cerebro por el denominado cordón plateado, que es un vórtice de energía cuántica mediante el cual el Espíritu puede moverse entre los planos físico y espiritual.

Todos los casos de ECM que suceden son vivencias espirituales vividas para que la humanidad de este planeta evalúe su consciencia y su voluntad, y haga el bien para evolucionar en los aspectos más importantes de la vida, su transformación moral y espiritual. Las ECM constituyen pruebas que los Espíritus eligen en su plan prenatal, sin especificar detalles ni pormenores, para adquirir experiencias de comprensión o, desde otro punto de vista, para saldar deudas del pasado, y avanzar en su proceso de crecimiento moral y espiritual. Por tanto, la Sabiduría Suprema garantiza en la cotidianidad de la vida que el Espíritu viva o sufra las pruebas pactadas en su plan prenatal, de modo que se vale de la fuerza de las circunstancias para que ocurran episodios biológicos, emocionales, físicos, mecánicos, químicos o de otra índole, incluso en buen estado general de salud, que acompañen o desencadenen las ECM, que muchas dudas clínicas indican que jamás se causan por anoxia (déficit de oxígeno en un organismo), epilepsia (crisis espontáneas recurrentes del sistema nervioso, con convulsiones o sin ellas, y posible pérdida del conocimiento), hipercapnia (aumento del dióxido de carbono en la sangre), hipoxia (falta casi total de oxígeno en la sangre o en tejidos corporales), isquemia (disminución transitoria o permanente del riego sanguíneo de una parte del cuerpo), cefalea intensa, golpes contundentes en la cabeza, abuso de sustancias psicoactivas, administración incorrecta de medicamentos, y otras supuestas causas.

Todas las ECM son oportunidades que tienen los Espíritus para enaltecerse con la superación de esta prueba, para perdonarse, perdonar y pedir perdón por deudas espirituales, morales o materiales de existencias anteriores o de esta existencia, esto y mucho más confirmado por consciencia propia por el Espíritu en estado de coma, porque la vida es eterna, que el fallecimiento del cuerpo da paso a la vida espiritual, que es la vida de verdad, la de grandes sensaciones de amor y placidez, la de entornos de belleza indescriptible e inefable por parte de los lenguajes humanos.

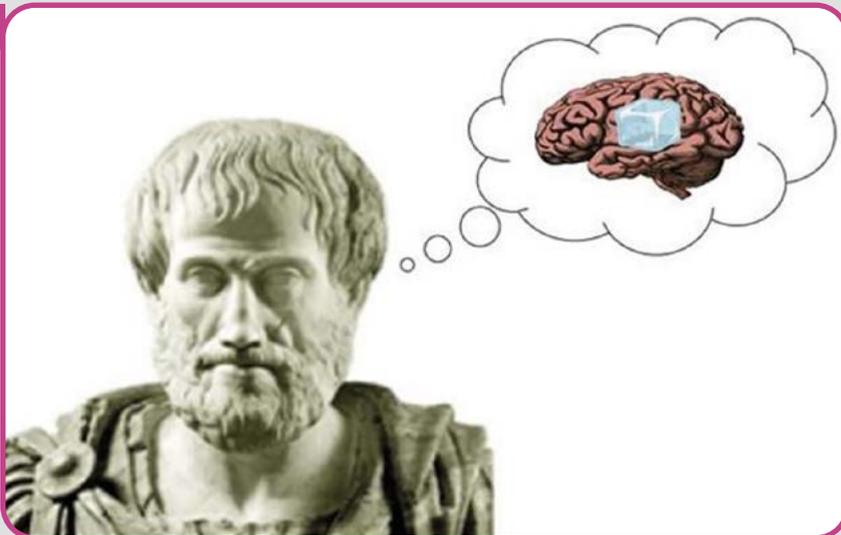
EL CEREBRO HUMANO VISTO DESDE LAS NEUROCIENCIAS

Julio César Ramírez Vargas, Ph. D.

1.1 Introducción

El famoso filósofo Aristóteles se equivocó al definir el corazón como el centro de los pensamientos y que desde allí se nos permitía pensar y razonar, por el contrario, que el cerebro era simplemente un refrigerador de la sangre o, en términos de mecánica automotriz, que era como un radiador para bajarle la temperatura a la sangre.

Figura 1.1. El filósofo Aristóteles.



<https://Naukas.com/>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

Desde comienzos de la década de 2000 hemos sido testigos del crecimiento exponencial en investigaciones relacionadas con el cerebro, y esto tiene mucho que ver con el avance de las tecnologías que nos permiten ver con detalles en tiempo real tanto las estructuras en sí como el funcionamiento del órgano más complejo del universo. Pero, aun así, con todos esos avances y miles de científicos investigadores en dicho campo, aún tenemos un gran universo de oportunidades por explorar.

Hasta el momento los descubrimientos son suficientes para comprender mejor las patologías, el funcionamiento, las estructuras, así como las bases moleculares que lo componen. También nos han servido para desmitificar muchos mitos y creencias e información falsa y negativa que considerábamos verdaderos. Recuerdo cuando, hace unos diez años, a comienzos de la década de 2010, empecé a hablar en diversos foros sobre neuroplasticidad y acerca de que ninguna comparación podía hacerse del cerebro con una máquina de piezas inmovibles, sino que, por el contrario, el cerebro es adaptable, modificable, transformable.

Para algunos profesionales eso era una falacia, incluso fui cuestionado por algunos profesionales de salud que asistían a algunos de estos eventos. Ya hoy es mucho más claro el panorama, debido al acceso a la información mediante medios tecnológicos y el crecimiento de la divulgación científica, más aún por los aportes de una disciplina científica llamada neurociencias, que hoy goza de mucha popularidad y a la que se han agregado diversas disciplinas, formando así un ámbito de investigación multidisciplinar.

Si bien el ser humano es fruto de miles de millones de años de evolución, esta se debe al desarrollo del cerebro, un apasionante e indispensable órgano que es el eje central de procesamiento de lo que nos rodea y permite que recordemos, que memoricemos, que vivamos experiencias por medio de los sentidos y movamos nuestras extremidades. Así como se describe, es el centro de nuestro sistema nervioso central; por ende, es uno de los órganos que aún deja muchas dudas y acertijos por resolver, nos presenta paradigmas y nuevas áreas de estudio, por ello desde las neurociencias los neurocientíficos han realizado investigaciones que dan respuestas a muchas y profundas inquietudes persistentes. ¿Cómo es? ¿Qué conforma su estructura? ¿Cuáles son sus funciones? ¿Cómo se conforma molecularmente? ¿Qué patologías puede padecer?

1.2 Qué se entiende por neurociencias

Las neurociencias son una de las ramas del conocimiento más estudiadas hoy. Actualmente se han logrado destacar innumerables investigaciones que abren paso al conocimiento del ser humano. Estas ciencias se encargan del estudio del sistema nervioso para comprender su estructura, su funcionalidad, examinando moléculas y células nerviosas. Con las innumerables técnicas que se han desarrollado desde este campo multidisciplinar, se han conocido las redes neuronales y las estructuras cerebrales, permitiendo el estudio de emociones, conductas y pensamientos. En la

actualidad ofrece oportunidades de investigación de los trastornos y enfermedades que están ligados al sistema nervioso, integrando la comprensión del ser humano.

Figura 1.2. El cerebro es como un rompecabezas que deseamos completar.



<https://Pixabay.com/es/>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

1.3 Origen y evolución de las neurociencias

Es importante destacar que el cerebro se ha estudiado desde antes de Jesús, el Cristo. Durante mucho tiempo diversos autores crearon teorías acerca del cerebro y sus funciones, pero fue un proceso demasiado lento; el transcurso de los campos de estudio que conforman las neurociencias permitió conocer el inicio de su evolución en los siglos XIX y XX.

De 1500 a 1800 los estudios del cerebro y su biología se basaron en experimentos realizados en diversos animales; sin embargo, en el periodo 1862-1874 los científicos Paul Broca, médico y antropólogo francés, y Carl Wernicke, neurólogo y psiquiatra alemán, dan a conocer que en el cerebro existen dos áreas principales encargadas del

lenguaje; sus investigaciones se apoyaron en la examinación de cerebros humanos con lesiones internas, lo cual les permitió identificar áreas del cerebro y cómo las lesiones en las zonas cerebrales afectan directamente la función del lenguaje.

Con pasos agigantados inició el estudio de la evolución del cerebro cuando el médico citólogo y científico italiano Bartolomeo Camillo Golgi publicó (1873) una metodología que permite la observación de tejidos nerviosos por medio del nitrato de plata. Al teñir las células del tejido nervioso con la metodología desarrollada por Golgi, con el avance de la tecnología se empezó el estudio biológico de las neuronas por Santiago Ramón y Cajal (1889), quien identificó mediante un microscopio que el tejido nervioso estaba constituido por células que eran independientes: dio a conocer las neuronas.

Al seguir un hilo de investigación para estos circuitos neuronales y sus funciones y la manera en que las neuronas pueden depender de regiones cerebrales, en los años consecutivos Ramón y Cajal explicó (1906) cómo se comunican las neuronas. Camillo Golgi y Santiago Ramón y Cajal compartieron el Premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1906.

Con este gran salto en la información sobre la composición del tejido nervioso, el neurólogo alemán Korbinian Brodmann investigó y describió (1909) la corteza y las áreas y estructuras cerebrales en función de 52 regiones de acuerdo con sus características histológicas, e indicó que estaban enlazadas por funciones anatómicas y flujo sanguíneo.

En 1914 se descubrió el primer neurotransmisor (mensajero químico), llamado acetilcolina, por el médico fisiólogo y farmacólogo inglés Henry Hallett Dale, quien obtuvo el Premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1936; estos neurotransmisores se encargan de las señales eléctricas y su transporte.

Con estos estudios avanzados se permitió proyectar estimulación eléctrica en los laboratorios, y en 1919 se vincularon la visión y la corteza visual primaria; en el mismo año el físico alemán Oskar Vogt y su esposa, Cécile Vogt-Mugnier, definieron los bordes del cerebro que se encargan de los patrones funcionales.

Hans Berger, neurólogo y psiquiatra alemán, considerado en la actualidad el padre de la electroencefalografía por sus estudios pioneros sobre la actividad eléctrica en el cerebro humano, desarrolló (1924) el primer electroencefalograma (EEG) y realizó el primer estudio en un ser humano.

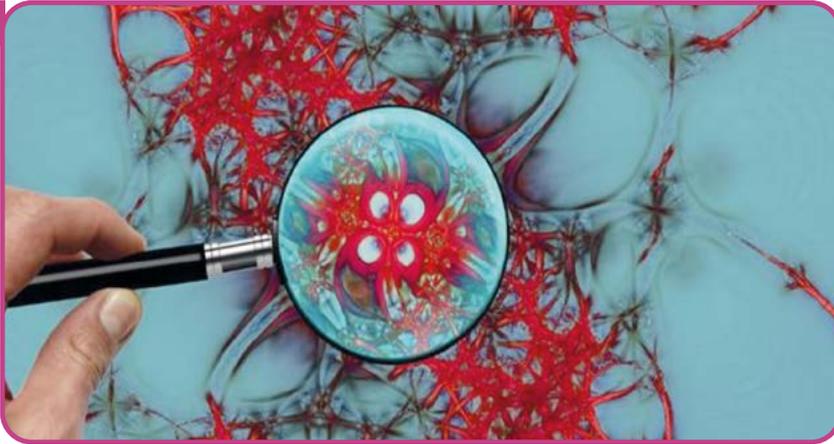
En el campo de estudio de las neuronas, el médico y neurofisiólogo británico Charles Scott Sherrington, discípulo de Ramón y Cajal, estudió las funciones de la corteza cerebral, descifró (1932) cómo se conectan las neuronas y desarrolló la teoría de la sinapsis neuronal (impulsos nerviosos para comunicarse), que lo hizo merecedor del Premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1932.

A continuación, en 1934 empezaron los estudios directos en el cerebro, y el psiquiatra y neurocirujano portugués Antônio Egas Moniz realizó una operación llamada en esa época leucotomía (extracción de un lóbulo del cerebro), y en 1927 desarrolló la

angiografía para poder acceder a imágenes cerebrales, hallazgo por el cual obtuvo el Premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1949.

En 1943 se estableció el procesamiento de los enlaces entre las neuronas y se destacó el procesamiento neural; se inició la neurociencia de la mano de la informática para el desarrollo de la tecnología, lo cual abrió paso a explorar mediante imagenología el funcionamiento del sistema nervioso.

Figura 1.3. Conexiones de tejido nervioso.



<https://Pixabay.com/es/>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

En el crecimiento de las tecnologías y las invenciones asociadas a la moderna década del cerebro, en 1960 los ingenieros electrónicos e inventores estadounidenses Bernard Widrow y Marcian Hoff desarrollaron el modelo de elementos lineales adaptativos (*Adaline, ADaptive LInear Elements*), imitación de una red neuronal artificial.

En 1964 el médico neurólogo e investigador español José Manuel Rodríguez Delgado experimentó con el control remoto en animales mediante la frecuencia de ondas de radio.

En las décadas de 1970 y 1980 se crearon los escáneres cerebrales para tomografía computarizada (*computerized tomography, CT*). En 1971 dos científicos trabajaron este invento en forma independiente, el físico y cristalógrafo sudafricano nacionalizado estadounidense Allan MacLeod Cormack y el ingeniero electrónico inglés Godfrey Hounsfield, y desarrollaron la CT para lograr obtener del cerebro imágenes en tiempo real; gracias a estas imágenes generadas por la tomografía se pudo acceder a información para realizar neurocirugías más certeras. Ambos compartieron el Premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1979.

Seguido por el desarrollo de escáneres en 1972, el médico e inventor estadounidense Raymond Damadian generó el primer equipo de resonancia magnética (*magnetic resonance imaging*, MRI) al conjugar todos los estudios que se encontraban disponibles de la física del movimiento de los átomos en un campo electromagnético; este equipo MRI ayudó en el estudio de la detección de enfermedades.

Con el paso de los años se invirtió en el desarrollo de nuevas tecnologías para el estudio del cerebro, entre ellos el escáner de tomografía por emisión de positrones (*positron emission tomography*, PET), generado en 1975 por los científicos estadounidenses Edward Hoffman, doctor en Química Nuclear, Michael Phelps, profesor y biofísico, y Michel Ter-Pogossian, físico médico, con el cual se puede conocer el metabolismo energético del cerebro; en la actualidad se emplea para el seguimiento en tratamientos de enfermedades neurológicas.

Las teorías de los hemisferios cerebrales surgieron en 1981 con el biólogo, psicólogo y neurocientífico estadounidense Roger Wolcott Sperry, conocido como el seccionador del cerebro, pues realizó diversos estudios en animales y seres humanos para demostrar la función de cada uno de los hemisferios cerebrales, y dividió estos hemisferios quirúrgicamente. Obtuvo el Premio Nobel de Medicina y Fisiología en 1981.

Las técnicas de imágenes tomaron una importancia significativa ante el conocimiento del cerebro, y el estudio del sistema nervioso ganó gran aceptación en la década de 1990, por lo cual se le denominó la década del cerebro. Con el gran avance presentado en 1990, en este año diversos neurocientíficos crearon nuevas técnicas para estimulación directa del cráneo, y se insertaban mediante cirugías, implantes en zonas concretas del cerebro para el tratamiento de enfermedades, como la epilepsia y el síndrome de Parkinson.

Como parte de los descubrimientos más innovadores de la época, el estudio liderado por el médico y neurobiólogo italiano Giacomo Rizzolatti sobre las neuronas espejales mediante la imitación entre seres humanos y monos, en 1992 desarrolló la teoría de las neuronas espejo y la respuesta neuronal ante la visión (Morales, 2009).

La importancia de estos conocimientos e investigaciones minuciosas aportados por los campos del comportamiento humano y sus funciones cerebrales permiten seguir una línea de evolución de descubrimientos; los tipos de estudios, investigación y sujetos de prueba son totalmente distintos, las técnicas cambian de acuerdo con el ambiente, métodos invasivos o no invasivos.

Si bien esto es solo una fracción de todo el conocimiento que se adquirió durante diversas décadas de estudio del cerebro, nos permite observar su evolución; además de ser un poco lenta para la época, en cada nuevo estudio surgían más interrogantes sobre este órgano maravilloso. Este seguimiento de la historia de las neurociencias y sus inicios permite darnos cuenta de cuán avanzados estamos y cuánto nos falta aún por conocer, y en esta nueva era se han logrado innumerables avances, y por parte de cada persona se ha dado importancia al conocimiento de las enfermedades mentales, emocionales y sociales.

¿Se ha informado de modo suficiente acerca de cómo es nuestro cerebro? En pleno siglo XXI existe desinterés por el conocimiento, y pensar que al entender el funcionamiento del cerebro podemos ver la relación de cómo afecta nuestra cotidianidad, las neurociencias ofrecen la oportunidad de conocer el desarrollo, funciones y habilidades básicas del ser humano, cómo potenciar dichas funciones, y permite conocer el transcurso del envejecimiento e incluso estudiar el cerebro tras la muerte.

1.4 Conozcamos un poco sobre el cerebro

Es importante hablar primero del sistema nervioso, el cual está constituido por el cerebro, la médula espinal y células nerviosas (las neuronas). Esta es una red con la cual el ser humano puede comunicarse externa e internamente mediante impulsos eléctricos; las neuronas en todo el cuerpo están clasificadas, según su función, en sensoriales, motoras, de proyección e interneuronas.

La estructura y anatomía del cerebro de una persona son similares a las de los mamíferos, a excepción del volumen encefálico, que es más grande; el cerebro de una persona adulta pesa de 1.000 gramos a 1.500 gramos. Este órgano está compuesto por billones de células interconectadas, y ha sido nombrado un “músculo” más, aunque fisiológicamente no es un músculo.

1.5 Conexiones y tejidos neuronales

En todo el cuerpo humano el sistema nervioso está conformado por el tejido nervioso, que se integra por unidades celulares, de las cuales existen billones; cada una de estas unidades celulares se ramifica en diferentes tipos, pero, para efectos de este libro, solo destacaremos tres de ellas: **neuronas**, **microglías** y **astrocitos**.

Las **neuronas** se encargan de las funciones atribuidas al sistema nervioso: procesar, almacenar, razonar, pensar, además de transmitir información. Solo el cerebro posee cerca de 100.000 millones de estas, las cuales conducen los impulsos eléctricos que permiten la funcionalidad completa del sistema nervioso. Las neuronas poseen tamaños y formas muy diferentes, pero sus partes esenciales son las siguientes:

- La parte central o cuerpo: es un núcleo compuesto por diversos orgánulos cerebrales y de ella salen dos extensiones, que son las dendritas y el axón.
- Las dendritas: son las ramificaciones que se encargan de recibir la información de una neurona a otra.
- El axón: es una prolongación larga y delgada; es única y permite trasladar la información o impulso a otras células o a órganos del cuerpo.

La sinapsis es la conexión entre el axón de una neurona y la dendrita de otra cercana mediante neurotransmisores, para establecer la transmisión eléctrica o química de los impulsos nerviosos hacia una parte o hacia todo el cuerpo.

Las **neuroglías** superan de cinco a diez veces el número de neuronas, son más pequeñas, protegen el cerebro, mantienen y ordenan; si hay una afectación o trauma, se encargan de limpiar áreas afectadas, se mueven de manera constante en el cerebro.

Si bien las neuroglías son células pequeñas, los **astrocitos** tienen forma de estrella y se ubican en el sistema nervioso central, cumplen función de protección de las neuronas creando barreras e impidiendo el paso de sustancias dañinas, también acumulan nutrientes de la sangre para que las otras células los asimilen como fuente de energía.

Es importante destacar en este punto que las neuronas cumplen funciones cerebrales y se encargan de transmitir diversos estímulos internos o externos; existen diferentes tipos de neuronas, de acuerdo con su ubicación, su función, entre otros aspectos. He aquí su clasificación:

- **Neuronas sensoriales.** Las neuronas somáticas sensoriales transmiten estímulos del tacto, como dolor, presión y temperatura; las neuronas viscerales transmiten estímulos de los vasos sanguíneos y los ganglios.
- **Neuronas motrices.** Estas transmiten información desde el sistema nervioso a células efectoras, como las neuronas sensoriales; las motoras también son neuronas somáticas encargadas de estímulos guiados a los músculos esqueléticos y viscerales cuando la información se envía a las glándulas y los músculos lisos.
- **Interneuronas.** Estas están en todo el sistema nervioso y se encargan de conectar entre neuronas formando las redes neuronales.

La importancia de las conexiones neuronales en el aprendizaje es notable, la interconexión permite facilitar la transmisión de la información; por más número de neuronas que se posean, solo contribuyen al aprendizaje si están conectadas para crear una batería neuronal para solidificar conocimientos teóricos o internalizados por el ambiente (Hall y Hall, 2021).

1.6 Partes del cerebro

El cerebro está dividido en dos hemisferios: el hemisferio derecho y el hemisferio izquierdo, los cuales están conectados por el cuerpo caloso; gracias a la evolución del conocimiento, se ha demostrado que estos se encargan de la información motora y sensorial. El sistema nervioso central controla y regula gran cantidad del organismo, recoge información y se encarga de distribuir la información procesada a todas partes del cuerpo.

Los hemisferios cerebrales coordinan diversos procesos cognitivos del ser humano. Están divididos en cuatro lóbulos:

- **Lóbulo frontal.** Ubicado en la parte anterior del encéfalo, es el encargado de controlar los movimientos musculares voluntarios, de regular la información de movimiento, de la regulación emocional; es un lóbulo importante en la atención, la concentración, la toma de decisiones, entre otros aspectos.

- **Lóbulo parietal.** Situado detrás del lóbulo frontal, está separado por la cisura central. Su función principal es recoger información somatosensorial (dolor, tacto, gusto, temperatura, etc.), procesa el espacio y calcula la orientación integrando información de los sentidos.
- **Lóbulo temporal.** Recoge estímulos de la audición, procesa la información auditiva, permite la estimulación de reconocimiento, debido a que en su parte medial se encuentra ubicado el hipocampo, estructura que permite acceder a la memoria, hace parte fundamental en reconocer el lenguaje y formar memorias.
- **Lóbulo occipital.** Ubicado en la parte posterior del cráneo, procesa y almacena la información visual proveniente de la retina. Es relevante destacar que el daño de dicho lóbulo puede ocasionar ceguera sin que haya daño alguno en la retina.

Debajo de la corteza cerebral, inmersas en sustancia blanca, se encuentran las estructuras subcorticales:

- **Ganglios basales.** Conformados por masa gris, se encargan de destrezas motrices, como caminar, de realizar movimientos semiautomáticos, escribir, modificar expresiones faciales, esto en una secuencia de movimientos.
- **Tálamo.** Situado en la parte superior del tronco encefálico, el tálamo controla y procesa antes que la corteza. Es la parte más grande del diencefalo y se encarga de recoger información de los sentidos, excepto el olfato. También permite una respuesta automática ante situaciones de peligro o estímulos amenazantes.
- **Amígdala cerebral.** Se encarga de recordarnos hechos o registra estímulos para nuestra protección personal, nos ayuda en la supervivencia. Se encarga de supervisar la información que llega al sistema nervioso central y detecta rápidamente todo tipo de señales de amenaza, todo estímulo que represente un peligro. Se encuentra en cada lado del encéfalo de la parte derecha y de la izquierda. Está estrechamente relacionada con procesos emocionales e interviene de manera directa en los procesos mentales.
- **Cerebelo.** En diferentes zonas del cerebro se concentran las neuronas, pero en el cerebelo existe una alta concentración; por ende, se involucra directamente en la regulación y coordinación de ciertos movimientos complejos, como el equilibrio al caminar.
- **Tronco encefálico.** Cuando hablamos de una conexión entre todo, este se extiende desde la columna cerebral de nuestro cuerpo, hace parte importante al momento de una regulación interna porque se encarga de las funciones vitales, funciones principales, como la respiración inconsciente y el ritmo cardíaco.
- **Mesencéfalo.** Es una estructura superior que está ubicada debajo del diencefalo; conduce los estímulos motores comunicando el tallo cerebral con las estructuras, y viceversa. En esta parte se sitúan la sustancia negra, que es un núcleo de neuronas dopaminérgicas partícipes en el control del movimiento y

la orientación; y el núcleo rojo, que es un núcleo implicado en el movimiento del cuello y de la cabeza; y los folículos.

- **Varolio o puente del tronco encefálico.** Se encuentra debajo del mesencéfalo, e integra las vías motrices y sensoriales del ser humano.
- **Bulbo raquídeo.** Importante entre las partes del tronco encefálico, se encarga de modular y transmitir impulsos entre la médula espinal y el encéfalo, regula desde el proceso de movimiento respiratorio hasta los latidos cardíacos y los mecanismos de respuesta ante procesos involuntarios, como estornudar, toser o vomitar.

Al conocer algunas de estas partes que conforman el cerebro podemos interpretar la enorme cantidad de funciones que cumple cada una de sus áreas; nuestro cerebro, a diferencia del de los primates u otras especies, nos permite adecuarnos a diferentes ambientes y circunstancias.

Los nuevos accesos a las técnicas de estudio del cerebro han permitido que mediante las neuroimágenes podamos observar en tiempo real la respuesta que una persona da ante un estímulo; si esta persona se encuentra experimentando dolor o placer, podemos identificar la zona del cerebro que mayor actividad presenta en el momento del estudio. Como el ambiente influye en los patrones cerebrales y su función, si se realiza un esfuerzo cognitivo podemos identificar el cambio de patrón en las ondas eléctricas.

Con la apertura de la tecnología podemos detectar a tiempo enfermedades, trastornos, incluso cumplir con el seguimiento de tratamientos para obtener datos o vigilar cómo es el proceso de una infección, también pueden realizarse terapias y diversas tendencias en el mejoramiento del ser humano.

Los avances tecnológicos y artificiales han demostrado que de ningún modo se le puede atribuir funciones específicas a cada parte del cerebro, ya que este funciona por medio de redes neuronales, las cuales están dispersas en innumerables ramificaciones. Pero existen áreas que se encargan de funciones básicas, como el córtex o corteza cerebral, que se encarga de recibir y procesar información que puede modificar nuestra conducta.

Las neurociencias se han enfocado en profundizar la importancia de la estimulación temprana del sistema nervioso, ya que el cuerpo humano está conformado por suficiente tejido nervioso que permite recibir y percibir los estímulos internos o externos, sus redes nerviosas transmiten impulsos específicos para mantener el cuerpo en homeostasis (estado necesario para recuperarse de procesos críticos y amenazantes).

1.7 Neuromitos

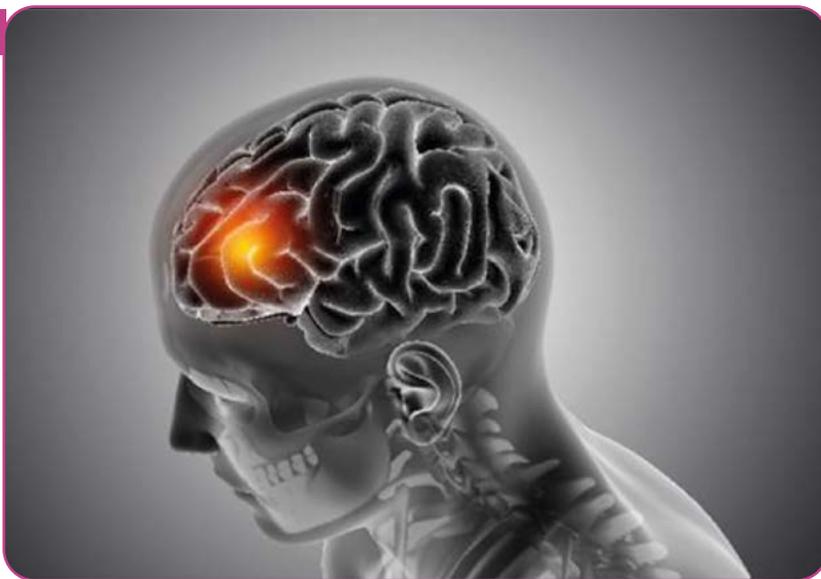
Al hablar del cerebro es importante aclarar algunos mitos que durante muchos años han sido un común denominador de comentarios sin base científica, información que pulula en las redes sociales y, por tanto, la gente la cree. He aquí una breve lista de los comentarios más frecuentes y conocidos (Ramírez, 2019).

1.7.1 Solo utilizamos el 10% de nuestro cerebro

Falso. Quizás este sea el neuromito más escuchado y que genere muchas inquietudes o teorías, por eso predomina en esta lista, y este nace del desconocimiento que se tenía en siglos anteriores sobre las conexiones cerebrales. Hoy el conocimiento es tan extenso que permite saber que sin usar todo el cerebro nos sería imposible realizar tareas cotidianas como caminar, hablar, ya que esto es parte del funcionamiento cerebral. Es importante conocer que, sin usar todas las áreas del cerebro a la vez, solo usamos las áreas cuando estas se necesitan.

Veamos un ejemplo. Si estás en tu casa que es de dos pisos, es de noche y te encuentras en tu habitación de la segunda planta, resulta innecesario tener todas las luces encendidas, solo enciendes las del espacio que estás usando; esta misma metodología se aplica a nuestro cerebro, él pone en funcionamiento el área que se necesita para establecer una función sin activar todas las áreas de manera simultánea.

Figura 1.4. Se visualiza el área con más actividad.



<https://freepik.com>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

1.7.2 Las neuronas que no se utilizan se mueren, y si mueren no vuelven a nacer

Falso. A pesar de que en la etapa del desarrollo del ser humano se generan innumerables conexiones de neuronas y estas a su vez se modifican según la secuencia genética o cambios ambientales del individuo, habrá siempre modo de mantener las redes

celulares por medio del refuerzo del aprendizaje o, en su oportunidad, al llegar a la adultez se crean cambios sinápticos que permiten reforzar las neuronas con otras e incrementar las conexiones de manera interminable.

Si bien existe el mito de que en la adultez se pierde la capacidad de generar nuevas neuronas y que es solo un proceso del desarrollo y crecimiento del ser humano, la realidad que nos muestran hoy las neurociencias es que existe el proceso de neurogénesis: el nacimiento de nuevas células cerebrales; este proceso se da sin determinación alguna de edad, puede promoverse su generación con innumerables técnicas, y son parte de los nuevos conocimientos del cerebro.

1.7.3 La ingesta de alcohol mata las neuronas

Falso. Las neuronas no pueden morir súbitamente por la ingesta de alcohol, pero es importante destacar que la ingesta de bebidas alcohólicas en exceso puede cambiar las conexiones neuronales, y esto altera el comportamiento de las personas al llegar a ciertos grados de ingesta de alcohol.

Es relevante aclarar que el alcohol en porcentajes extremos es perjudicial para la salud, y los excesos en el consumo de sustancias que contienen etanol son malos en el entorno cognitivo, porque ocasionan un desbalance en la comunicación neuronal. El consumo de sustancias alcohólicas en las etapas del desarrollo puede ocasionar retrasos mentales o presentar el síndrome fetal alcohólico.

Este neuromito se creó con el fin de infundir miedo y bajar el consumo de alcohol. Sus raíces provienen de una campaña creada en los Estados Unidos de América (EE. UU.) y otros países anglosajones a finales del siglo XVIII y comienzos del siglo XIX por el Movimiento por la Templanza (Sociedad Estadounidense por la Templanza, American Temperance Society), que propagó el rumor acerca de que el consumo de alcohol mataba las neuronas cerebrales.

1.7.4 Las personas que escuchan música clásica son más inteligentes

Falso. Como todo mito se ocasiona por el desconocimiento o mala transmisión de la información, este mito hace parte de la regla y está relacionado con el efecto Mozart. De acuerdo con una investigación que se estableció con estudiantes universitarios, consistía en que los miembros de este grupo de estudio escucharan frecuentemente música de Wolfgang Amadeus Mozart y mediante test evaluar si eran más inteligentes, y con datos pocos confiables realizaron una publicación en la cual aseguraban el efecto que producía la música clásica en el ser humano.

Este efecto era solo temporal, sin sostener ni dar beneficio alguno al mejoramiento cognitivo, por ello muchas investigaciones se realizaron en torno de la escucha de música clásica sin obtener un resultado contundente. Lo que sí queda claro y demostrado

son los beneficios que se obtienen del aprendizaje, entre ellos el hecho de aprender a tocar los instrumentos musicales mejora diversas habilidades y funciones del ser humano, como la memoria y la atención.

El cerebro siempre está funcionando, incluso prestar atención durante el día a una sola actividad permite al cerebro descansar más que cuando estamos dormidos, pero el ciclo de sueño es importante para nuestra salud integral.

1.7.5 Si nuestro cerebro es grande es más inteligente

Falso. Este mito sobre el tamaño del cerebro y cómo influye en nuestra inteligencia es errado, pues lo que define la inteligencia humana es el número de conexiones neuronales que posee el cerebro. Si la inteligencia dependiera del volumen del cerebro, los cachalotes serían predominantes en esta materia, pues poseen un cerebro más grande que el del ser humano; sin embargo, lo que ayuda a determinar la inteligencia es el número de conexiones neuronales que permiten la agilidad en el aprendizaje y la memoria.

1.7.6 Nuestro cerebro se apaga a la hora de dormir

Falso. Es muy común escuchar que la hora de dormir es para que el cerebro pueda descansar de sus funciones y esfuerzos que ejerce durante el día. Esta creencia está muy alejada de la realidad, pues en el periodo de sueño es cuando el cerebro desarrolla uno de sus trabajos con más gasto energético: la limpieza; así como cuando llegamos a nuestro hogar y aprovechamos la oportunidad de limpiar y organizar, nuestro cerebro aprovecha en la noche, periodo en el que debe dejar de realizar diversas funciones, para enfocarse a consolidar la memoria del día y desechar las conexiones neuronales que sea innecesario recordar.

1.7.7 Las mujeres tienen un sexto sentido

Falso. Es algo que escuchamos a menudo y que se utiliza mucho en la lengua coloquial afirmando que es la intuición femenina; sin embargo, los estudios demuestran que las mujeres tienden a ser empáticas y más observadoras, lo cual les permite interpretar situaciones con gestos y señales, les permite percibir con más detalle las cosas que las rodean, y los hombres suelen por lo general sistematizar las situaciones.

1.7.8 Sentimos con el corazón

Falso. En su debida época era una creencia que sonaba convincente; en realidad los avances en las investigaciones desmitifican la creencia de que las emociones provienen del corazón.

Todo está implicado en nuestro cerebro y, según estudios, la sensación de amor se estudiaba y daba una clara imagen de cómo el cerebro segregaba sustancias que dan euforia y placer, entre ellas dopamina, oxitocina, las mismas sustancias que se obtienen al consumir cocaína.

La estimulación que dan las emociones se proyecta en el cerebro y, de acuerdo con la sensación, es el área cerebral que predomina.

1.7.9 Los niños que no prestan atención en la escuela tienen déficit de atención

Falso. En la época actual es algo que ha podido erradicarse y comprobarse, ya que existe innumerable información errónea sobre el déficit de atención.

Si bien existe una patología denominada trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), debe estudiarse por qué la distracción del niño, niña o adolescente, incluso la persona adulta, está presentando esta falta de concentración, ya sea por problemáticas familiares o del ambiente laboral. Las redes sociales, el acoso (*bullying*), la exposición a un trauma, son diversos factores que desmotivan a los niños en el estudio.

1.7.10 Existen bebidas y suplementos para el cerebro

Falso. Son muchos los aspectos en que las neurociencias han influido para ampliar los conocimientos sobre nuestro cerebro, y han dado a destacadas empresas la oportunidad de elaboración, promoción, mercadeo y comercialización de suplementos y bebidas que benefician el funcionamiento cerebral.

Según los productores y comercializadores de estas bebidas y suplementos, mejoran las conexiones neuronales y así se encargan de mejorar la salud integral del ser humano, pero los estudios en este campo son escasos; es un negocio que han implementado asegurando un bienestar en el cerebro, pero sin pruebas que concluyan los beneficios o el aporte que den dichas mezcolanzas al cerebro.

Pero sí existen actividades que promueven las conexiones cerebrales, que poseen innumerables pruebas: el ejercicio físico, los entrenamientos en meditación y los ejercicios cognitivos, los cuales poseen múltiples beneficios en su práctica constante y con evidencia comprobada y avalada.

Al aplicar los conocimientos actuales de las neurociencias se observa una innovación en la interacción del ser humano y su entorno, la cultura, la evolución de las habilidades cognitivas, mediante la interacción con la neurotecnología, lo cual permite conocer el proceso cognitivo que está viviendo el ser humano.

CONEXIÓN MENTE-CUERPO

Julio César Ramírez Vargas, Ph. D.

Este capítulo debe generar una gran atención y reflexión, pues aquí abordaremos un tema que hasta hace unos pocos años podría haber sonado algo esotérico y dividido la comunidad científica, pero hoy ya existe un gran consenso, el cual es un avance significativo para explorar otros escenarios que nos lleven a buscar nuevas alternativas de bienestar.

2.1 Teorías de la conexión mente-cuerpo

La evolución ha permitido nuevos hallazgos y acceso a respuestas a los que en el pasado la ciencia carecía de elementos para sustentarlos. La interacción de la mente y el cuerpo se investiga desde antes de Jesús, el Cristo; uno de los primeros filósofos que manifestó que “el poder de una mente sana influye en la salud del cuerpo” fue Hipócrates, quien mencionaba la importancia del estudio de los aspectos de una persona ante una enfermedad. En el siglo XVI René Descartes señaló que existían diferencias entre la relación mente-cuerpo, indicaba que la mente era un ente intangible, no físico, a diferencia del cuerpo, que era un medio palpable físicamente.

Si bien existieron diversas teorías sobre el origen de la mente desde el pensamiento y diversas creencias, en 1911 el fisiólogo Walter Cannon investigó la importancia de la fisiología del ser humano ligada a las emociones para establecer la salud integral del individuo, y mediante estos estudios en 1929 creó el término homeostasis para hacer referencia a la estabilidad fisiológica del ser vivo (Fernández *et al.*, 2018).

En 1977 el médico y psiquiatra George L. Engel realizó una investigación del modelo biopsicosocial a partir del estudio del entorno social, psicológico y biológico de las personas, y concluyó que las emociones, el ambiente social y la personalidad del ser humano influyen en su bienestar.

Para finales de la década de 1970 se estableció una nueva era en el estudio del proceso salud-enfermedad en cómo está ligado el sistema nervioso a las respuestas biológicas del ser humano. Uno de los pioneros en estos campos de estudio fue el psiquiatra George Solomon (2001), quien desarrolló diferentes investigaciones para descubrir la comunicación entre el cerebro y los sistemas encargados de la

estabilidad fisiológica del ser vivo (homeostasis), lo cual implica en el proceso los sistemas inmunológico y neuroendocrino. Surgió así un nuevo campo de estudio y disciplina, la psiconeuroendocrinoinmunología, que permite estudiar el cuerpo y la mente en los diferentes procesos de las enfermedades.

2.2 Psiconeuroinmunoendocrinología

Gracias a los avances que se logran con la tecnología y su evolución, es importante destacar que en el ser humano existen cuatro sistemas involucrados en recoger y procesar la información con la cual se interactúa diariamente estudiados por la psiconeuroinmunoendocrinología:

- **La mente.** Está constituida por las capacidades cognitivas innatas de la persona, como son la percepción, el pensamiento y la memoria.
- **El sistema nervioso.** Es el conjunto de órganos y estructuras conformados por células (neuronas) que transmite información mediante impulsos eléctricos a cualquier parte del cuerpo. Se encarga de funciones esenciales, entre otras, moverse, respirar, ver.
- **El sistema endocrino.** Es el principal centro de producción de hormonas, y está compuesto por glándulas (tiroidea, pineal, suprarrenales, etc.) y órganos (ovarios, testículos); estas hormonas, al liberarse en el torrente sanguíneo, influyen en diversas funciones corporales, ya sea la actividad de los tejidos, el crecimiento, el metabolismo, el desarrollo y funcionamiento de los órganos sexuales y algunos aspectos de la conducta.
- **El sistema inmune.** Este sistema es el encargado de poner en marcha sus redes celulares, tejidos, órganos y procesos biológicos para mantener el equilibrio interno (homeostasis) y combatir posibles enfermedades o infecciones o agresiones internas o externas, ya fueren de naturaleza biológica, física o química.

Estos cuatro sistemas interactúan para conformar nuestra salud óptima irguiendo barreras ante posibles enfermedades, trabajando en homeostasis; en el caso contrario, interactúan para el desarrollo de una enfermedad que refleja el declive de uno de estos sistemas. Cuando se interrumpe el trabajo de estos sistemas, se rompe la armonía o estado homeostático, se expone a presentar cuadros patogénicos o enfermedad. Existen innumerables factores que pueden interrumpir la armonía de los sistemas, entre ellos se destacan herencia genética, estilo de vida, emociones, factores ambientales (Moscoso, 2010).

La psiconeuroinmunoendocrinología estudia las alteraciones del cuerpo ante afectaciones emocionales, psicológicas, todos los procesos que se relacionen con las alternativas de salud-enfermedad; este campo ha permitido el desarrollo de innumerables terapias y opciones integrales no farmacológicas para restablecer el estado de salud de la persona ante enfermedades con ciertas alteraciones, como el estrés, la ansiedad y la depresión. Mediante las nuevas terapias no farmacológicas se

estudian técnicas y recursos que faciliten el trabajo de los sistemas interrelacionados, permitiendo su correcto funcionamiento.

El avance en las neurociencias ha permitido estudiar la mente (pensamientos, creencias) y cómo esto interfiere en nuestro cuerpo, cómo afecta “algo intangible” los organismos físicos; aunque el cuerpo y la mente se han manejado como conceptos que interactúan entre sí, es importante conocer que poseen funciones distintas. El cuerpo está conformado por órganos que pueden examinarse, palpase, pero a la mente, como se relataba en páginas anteriores, es imposible tocarla, percibirla.

Cuando hablamos de la mente nos referimos a procesos dinámicos que nos ayudan a elaborar juicios, razonar, identificar información que llega tanto del interior de nuestro cuerpo como del exterior, que nos permite procesar y comprender la realidad del entorno que nos rodea. Destacado en el capítulo anterior, es parte de las funciones de las neuronas transmitir dicha información.

Con los debidos estudios y muestras de diversas investigaciones, se distingue que nuestra mente está encargada de resguardar y correlacionar experiencias previas de manera consciente o inconsciente para disponer de acciones inmediatas en respuesta a alguna incomodidad o amenaza. Si bien la mente es un proceso o una función cerebral, se interpreta que es necesario el trabajo en conjunto con el cerebro para manifestar una conducta en el plano físico.

La mente, sin estar situada en una área específica del cerebro, es el producto de la actividad generada por este órgano; de acuerdo con la sensación o el estímulo recibido, puede evidenciarse el área cerebral con más actividad en respuesta.

Figura 2.1. Zona del cerebro con mayor activación.



<https://freepik.com>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

2.3 Bucles “como siento pienso” y “como pienso siento”

Así se nombra la conexión que tienen nuestra mente y nuestro cuerpo; cuando tenemos alteraciones, ya sean psicológicas, como depresión o estrés, se vuelven crónicas si nos quedamos en ese estado momentáneo; esto afecta directamente el bienestar físico. Las manifestaciones de dolores, síntomas de una enfermedad, están ligados a un desbalance en nuestro cuerpo, tanto en el área que afecta como en todo nuestro sistema, ya que está interconectado.

Nuestro principal receptor de todos los daños en el cuerpo es el sistema nervioso central, y a su vez las redes de conexiones de que dispone comprometen los demás sistemas; las emociones afectan el funcionamiento de nuestro organismo en diversos grados, tanto los órganos como los músculos se adaptan a las situaciones que atravesamos en un ataque agudo; pero al ser persistente y constante el sufrimiento, el sobreesfuerzo que ejerce el cuerpo para continuar el trabajo hace que en algún punto el cuerpo colapse y enferme (Cembrero, 2017).

Nada distingue el cerebro entre realidad y fantasía; por ende, el solo hecho de vivir una experiencia traumática o verla causa los mismos efectos de miedo en todo el cuerpo, se aceleran los ciclos de trabajo ocasionando un desgaste y produciendo malestar; del mismo modo, el pensar en positivo, así la situación sea menos buena que la que deseáramos, hace que el sistema nervioso central perciba que todo está bien, relajando los músculos y produciendo una sensación de bienestar.

Nuestro cuerpo está interconectado y permite percibir cualquier cambio, sea del entorno o una amenaza psicológica, interiorizando en las células los cambios y produciendo sintomatologías visibles de enfermedades; nuestras creencias y nuestra manera de creer influyen en forma directa en nuestras células nerviosas, y el cerebro se encarga de distribuir la información al resto de los sistemas modificando nuestra biología celular.

La interconexión de mente y cuerpo se reconoce hoy por sus innumerables estudios y evidencias científicos, y estos demuestran que los procesos mentales influyen en el organismo manifestando cambios en la persona, sean, entre otros, dolores fantasma, opresión en el pecho, resequedad en la boca, cefaleas, sudoración excesiva, fatiga, insomnio, problemas de digestión, arritmias.

Entre los avances destacados en la actualidad persisten los estudios de enfermedades vinculadas a la salud mental, y esto se refleja en el estilo de vida de una persona; en proporción con las investigaciones se han desarrollado innumerables terapias no farmacológicas que estimulan la estabilidad y la armonía integral del ser humano como parte primordial de promover el bienestar tanto físico como mental.

2.4 Terapias de integración mente-cuerpo

Es importante destacar que en la mayor parte de las ocasiones en que se habla de bienestar solo se hace referencia a la salud física, pero esta integración de mente y cuerpo muestra que es importante una estabilidad entre ambos estados para alcanzar el bienestar óptimo.

Existen diversas prácticas que ayudan a la armonía (estado de homeostasis en el cuerpo), son ejercicios y prácticas que generan autoconsciencia y autoconocimiento del cuerpo y la mente. Tienen varias maneras de denominar las terapias diferentes de las tradicionales, desde medicina complementaria e integrativa; todo se establece según la información que se posea y la cultura que destaca en la mayor parte de estas prácticas.

En esta oportunidad las denominaremos **terapias integrativas**, que se enfocan en el bienestar del ser humano por medio de la estabilización de los aspectos biológicos, sociales, psicológicos y espirituales. Nombraremos algunas de estas técnicas o terapias:

- **Meditación.** Es una práctica que guía al ser humano a un estado de armonía con su realidad. Esta práctica posee extensos estudios desde la conexión de la mente y el cuerpo. Se trata de concentrarse mentalmente para bloquear los estímulos internos o externos y relajar el cuerpo en un momento de tensión; esta técnica se convierte en un ejercicio de concentración y atención y da mejoría al cuerpo.
- **Yoga.** Se trata de un conjunto de técnicas de respiración y atención en el momento presente guiado por movimientos, logrando una conexión sostenida de la mente y el cuerpo; es un ejercicio que requiere mucha práctica por la complejidad de sus posturas y poder adoptarlas durante los tiempos necesarios.
- **Taichí.** Si bien son prácticas de artes marciales de China, se destacan por sus patrones de movimiento secuenciales y conscientes en los cuales se necesita plena atención y equilibrio para adoptar los movimientos de manera armoniosa.
- **Qi gong.** De la misma rama del *taichí*, este arte marcial contempla los movimientos mediante la respiración, permite la conexión de la mente y el cuerpo, obteniendo un plano de tranquilidad superior ante la práctica de la atención consciente.

Figura 2.2. Ejercicios contemplativos.



<https://freepik.com>

(Licencia Creative Commons Atribución Compartir Igual 3.0.)

Si bien son técnicas que se basan en la cultura china desde hace miles de años, en la actualidad se han estudiado minuciosamente y han demostrado su influencia para mejorar el estado de bienestar en quien lo practique; existen centros especializados en estas prácticas con evidencias científicas de los beneficios que se obtienen con su estudio.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) desde 2017 están realizando con estas técnicas campañas de prevención de enfermedades, incitando a sus prácticas para el mejoramiento de la salud en el plano integral (OPS, 2021).

Estas terapias se usan tanto en fase de prevención como en tratamiento ante diversas enfermedades, y han demostrado ser eficaces; en la actualidad el ejercicio y la buena alimentación son parte de la rutina que debemos incorporar para mejorar la calidad de vida, las técnicas nombradas antes se destacan por sus múltiples beneficios:

- **Meditación.** Rehabilitación en enfermedades crónicas, cardíacas, disminuye el agotamiento físico, ayuda a la gestión emocional, el estrés percibido, la empatía, la autocompasión y la conciencia plena, ayuda a personas con depresión.
- **Yoga.** Permite la sanación emocional, la despersonalización, ayuda a combatir el estrés, aumenta la salud física y la relajación en la persona.
- **Qi gong.** Aprende a gestionar el estrés percibido y el incremento en el autocuidado, ayuda a la claridad del pensamiento y el aprendizaje.
- **Taichí.** Ayuda a la capacidad cognitiva sin límite de edad alguna, ayuda a la rehabilitación cardíaca, en accidentes cerebro vasculares y enfermedades como el síndrome de Parkinson.

NEUROPLASTICIDAD INFINITA Y METODOLOGÍA NEUROINTEGRAL

Julio César Ramírez Vargas, Ph. D.

La importancia de estos nuevos conocimientos y minuciosas investigaciones aportados por los campos del comportamiento humano y sus funciones cerebrales permite seguir una línea de evolución de descubrimientos. A pesar del parecido de las ramas anteriores entre sí, los tipos de estudio, investigación y sujetos de prueba son totalmente distintos, las técnicas cambian de acuerdo con el ambiente y los métodos de estudio.

En los primeros foros en que empecé a participar exponía sobre los efectos de la neuroplasticidad y recibía de manera automática fuertes críticas por parte de profesionales del sector de la salud, que sostenían que eso era una falacia, pues hasta ese momento se creía que lo que perdíamos en el plano neuronal era irrecuperable, y que a medida que nos hacíamos viejos estábamos condenados a perder capacidades neurológicas y nada podíamos hacer al respecto.

Obviamente, hoy ya es de conocimiento general que sí es posible generar procesos de neuroplasticidad e incluso que nuestro cerebro se regenere después de sufrir un trauma.

3.1 ¿A qué se le llama neuroplasticidad cerebral?

El cerebro es completamente modificable. Gracias a las continuas investigaciones en el transcurso de los años, se ha demostrado que, a pesar de la edad, nuestro cerebro sigue en constante cambio, puede alterarse su estructura, ya sea por una enfermedad, por lesión cerebral o por el cambio del entorno que derive en nuestro sistema nervioso central.

Cuando nombramos la neuroplasticidad debemos tener en cuenta que es la capacidad de nuestro sistema nervioso central (SNC) de modificar las conexiones neuronales; este proceso es el resultado de cambios que se manifiestan para adaptarse ante una experiencia o lesiones. El SNC se encarga de la comunicación entre neuronas;

por ende, asimila y reorganiza los estímulos del ambiente o sensoriales captados por ellas, produciendo alteraciones moleculares, en la epigenética y el comportamiento del ser humano.

Se conoce también como plasticidad neuronal, y es importante destacar que es un proceso que se realiza durante la etapa del crecimiento en alta actividad, es una habilidad innata del ser humano, pero en el pasado se creía que al llegar a la adultez y terminar el desarrollo dejaban de producirse nuevas conexiones neuronales. Con la ayuda de las nuevas tecnologías y campos de estudio se conoce que la neuroplasticidad está presente en cualquier etapa de la vida humana.

Gracias a la neuroplasticidad podemos recuperarnos de lesiones cerebrales o ralentizar el deterioro cognitivo presente en enfermedades neurodegenerativas, e incluso en el caso de demencia.

Esta plasticidad cerebral con la que contamos puede producirse desde una experiencia o aprendizaje, cambiando así en forma continua el comportamiento, permite a las neuronas regenerarse a pesar de lesiones o trastornos que haya experimentado el SNC; esto representa que, sin importar la edad, siempre puede entrenarse al cerebro para promover nuevas redes neuronales, nuevas conexiones, y permite reestructurar alteraciones que pueden ser propias de patologías crónicas, entre estas están síndrome de Alzheimer, síndrome de Parkinson, insomnio, trastorno de déficit de atención, dislexias.

Existen diversos tipos de plasticidad según diversos factores que presente la persona: genética, edad, sistemas afectados...

3.1.1 Plasticidad neuronal por edades

- **Plasticidad del cerebro en desarrollo.** Es la plasticidad adquirida en el crecimiento del ser humano. Desde el crecimiento del feto se crean innumerables redes neuronales, las cuales van modificándose de acuerdo con el entorno del niño o niña en su crecimiento, educación, deporte, religión, o si posee una condición genética.
- **Plasticidad del cerebro en periodo de aprendizaje.** Es en el periodo de la enseñanza cuando aprendemos mediante la repetición y, de acuerdo con los estímulos que se reciben, se ocasiona un comportamiento del ser humano.
- **Plasticidad del cerebro adulto.** Como hablábamos antes, sin importar la edad, la persona puede entrenar su cerebro mediante el aprendizaje y la repetición constante para adquirir nuevos conocimientos y destrezas, y promover la plasticidad neuronal.

3.1.2 Plasticidad neuronal por patologías

Cuando hablamos de patologías nos referimos a enfermedades, y en este caso destacamos enfermedades neurodegenerativas, como síndrome de Alzheimer,

esclerosis múltiple, atrofia muscular espinal o demencias; el envejecimiento hace parte del deterioro que presenta el ser humano, pero tanto en el envejecimiento como en las enfermedades que puedan ir presentándose en el transcurso de la vida pueden retardarse los efectos y ralentizarse el desgaste.

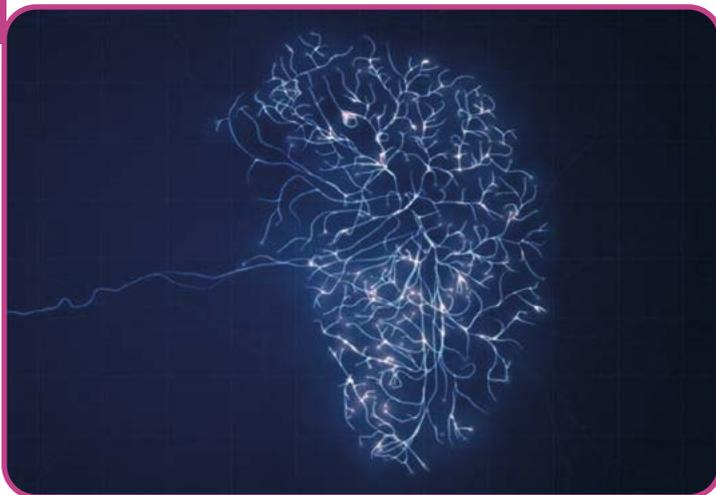
- Plasticidad neuronal del cerebro malformado.
- Plasticidad neuronal del cerebro con enfermedad adquirida.
- Plasticidad neuronal en las enfermedades metabólicas.

3.1.3 Plasticidad neuronal por sistemas afectados

Cuando ocurre un daño o lesión cerebral, como consecuencia se pierden diversas redes neuronales, las lesiones alteran la funcionalidad de áreas del cerebro y se pierden funciones específicas encargadas de estas áreas; estas zonas dañadas son de difícil recuperación, pero existen metodologías que permiten crear nuevas conexiones en partes intactas del cerebro que asuman las funciones de las redes perdidas o dañadas.

- Plasticidad neuronal en las lesiones motrices.
- Plasticidad neuronal en las lesiones que afectan cualquiera de los sistemas sensitivos.
- Plasticidad neuronal en la afectación del lenguaje.
- Plasticidad neuronal en las lesiones que alteran la inteligencia.

Figura 3.1. Las redes neuronales son infinitas.



<https://freepik.com>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

La neuroplasticidad es innata en el ser humano, las redes neuronales responden mejor ante experiencias repetitivas, y esto crea nuevos patrones o los refuerza consolidando comportamientos, pensamientos o, en sí, adaptándose a nuevas acciones. Así, llegamos a decir que la plasticidad neuronal puede ser infinita, siempre que se trabaje en el entrenamiento cognitivo. La neuroplasticidad puede verse de varias maneras: por situaciones de pérdidas o de capacitación y desarrollo neuroplástico.

- **Plasticidad adaptativa.** Es la capacidad innata que posee nuestro cerebro para adaptarse al entorno que lo rodea, en el transcurso de la vida junto con el aprendizaje se potencia o puede alterarse por lesiones cerebrales.
- **Plasticidad desadaptativa.** Es todo lo contrario, cuando existe una enfermedad o trastorno que impide la plasticidad cerebral y se pierden diversas funciones y conocimientos.
- **Entrenamiento cognitivo.** Los entrenamientos cognitivos pueden realizarse desde etapas tempranas y sin límite de edad; al ser una persona totalmente sana, realizar ejercicios cognitivos le ayuda a potenciar la reserva cognitiva y favorece la prevención del deterioro cognitivo.
- **Reserva cognitiva.** Como parte de metodologías para mejorar la calidad de vida del ser humano, es necesario entrenar y realizar actividades que promuevan estados de salud en nuestro organismo, esta reserva cognitiva permite apoyar el proceso de neuroplasticidad creando un soporte ante momentos de lesiones o daños cerebrales, y compensando y protegiendo las redes neuronales de algún proceso agresivo.
- **Neurogénesis.** Cuando hablamos de adaptabilidad en nuestro cerebro o en redes neuronales, es importante conocer el concepto de neurogénesis, que es el nacimiento de nuevas neuronas en el cerebro; es un concepto que permite rechazar el mito de que en la adultez es imposible generar más neuronas, estas nuevas neuronas se integran en diversas partes del cerebro o donde más se necesiten, y este nuevo nacimiento de neuronas se realiza sin límite de edad, por ello es importante entrenar siempre nuestro cerebro mediante ejercicios o técnicas de estimulación cognitiva.

Así mismo, el entrenamiento constante y repetitivo aporta bienestar a la calidad de vida en la etapa adulta, cambiar hábitos o ayudar en dificultades de salud; a esto se le denomina ejercicios cognitivos, ya que son entrenamientos o actividades que se encargan de estimular las capacidades innatas del ser humano, con un adecuado entrenamiento pueden ralentizarse enfermedades neurodegenerativas o ayudar a un individuo a recuperarse de algún déficit que tenga.

Al desarrollar estudios acerca de las diversas ramas del conocimiento de las neurociencias se destacó la importancia de la cognición para la comprensión de procesos de empatía, emoción, lenguaje, aprendizaje, percepción, entre otros; si bien el interés incrementó, en el área de conocimiento de estas funciones se descubrieron diversos factores: los procesos degenerativos que sufre el cerebro, alteraciones neurológicas y psicológicas.

Es importante destacar los procesos cognitivos que experimentamos, y son exclusivos de nuestra especie, como se mencionó antes, y se destacan la inteligencia, la atención, la memoria e incluso el lenguaje. Todo este proceso permite a la persona identificar y asociar vivencias o generar e incorporar conocimientos nuevos para su supervivencia o su cotidianidad (Arcos, 2021).

Me gustaría destacar un poco sobre los procesos cognitivos o funciones ejecutivas que se han deteriorado con el avance del tiempo y la evolución; si bien en nuestro crecimiento la capacidad de percibir es nueva y se almacena información de manera inconsciente, es una capacidad innata; pero el proceso de atención a medida que se da el crecimiento es algo que nos permite ser conscientes de lo que deseamos aprender.

- **Sensación.** Es una de las primeras capacidades que desarrollamos desde la infancia, y almacena o reconoce información mediante nuestros sentidos: la vista, el tacto, el olfato, el gusto y el oído.
- **Percepción.** Procesamiento de la sensación recibida por los sentidos, su interpretación y su almacenamiento.
- **Atención.** Fijación en un objeto o en una escucha para interpretar, nos concentramos en determinados sentidos del entorno.
- **Memoria.** La interpretación de la memoria es poder acceder a información que almacenamos, conocimientos necesarios para un futuro o que han representado un hecho importante en nuestra vida, esta información puede almacenarse a corto o a largo plazos.

La memoria es un proceso que depende de diversos factores, pero lo que se destaca en la memoria del ser humano es su gran capacidad de almacenamiento, que es mucho más grande que la de un animal y más duradera, aunque con el paso del tiempo, al ser un proceso activo, puede llegar a cambiar.

Del mismo modo en que se establecieron los procesos cognitivos básicos, contamos con procesos cognitivos más desarrollados, los superiores, que necesitan los procesos cognitivos básicos para su desarrollo.

- **Pensamiento.** Al ser un proceso superior, es parte de la evolución del ser humano, implica y engloba las conclusiones o ideas que la mente nos indica para establecer un análisis o juzgar información que recibimos, creando así nuevas teorías.
- **Lenguaje.** Es un medio por el cual comunicamos lo que pensamos, lo que sentimos, ya sea de manera verbal o no verbal o escrita.
- **Inteligencia.** Esta puede evaluarse de diversas formas, ya que existen variedades, permite evolucionar el conocimiento que se adquiere durante el crecimiento, y permite el entendimiento de nuestra especie.

Los procesos cognitivos son innatos, pero estos pueden potenciarse, pueden entrenarse mediante operaciones mentales, aumentando las habilidades cognitivas

de cada individuo; estos entrenamientos se adaptaban a personas que sufrían daños o trastornos neurológicos, pero con los estudios más recientes nos percatamos de la ausencia de límite de edad para aumentar los procesos cognitivos y pulir habilidades mentales.

Existen metodologías y ejercicios que nos permiten el desarrollo de nuestro potencial cognitivo, ya sea la lectura de un libro o hacer ejercicio físico, todos aportan al bienestar individual y aumentan las posibilidades de optimizar las funciones ejecutivas del ser humano.

3.2 Metodología neurointegral

Sobre las metodologías que se mencionan para capacitar y estimular el entrenamiento cognitivo, desarrollé mi propia metodología, se conoce como **metodología neurointegral**, es un enfoque de intervención que en la actualidad ha sido ampliamente reconocido y avalado por diferentes autoridades en temas de psicología cognitiva, neurociencias y áreas afines, como la economía conductual. Las contribuciones de esta metodología se han aplicado con éxito en diversos escenarios de exploración de la actividad cerebral, teniendo como horizonte el mejoramiento del rendimiento cognitivo y emocional de las personas que han hecho parte de esta revolución.

Esta metodología pretende controlar los grados de ansiedad e inquietud emocional, apoyando a gestionar, estimular y potenciar la actividad cerebral para tener una mejor calidad de vida, permitiéndole aprender a modificar su actividad cerebral y fisiológica con el firme propósito de mejorar su salud y su rendimiento mental, buscando así mejorar sus grados de tolerancia, amor propio, mejoramientos cognitivos, alteraciones del sueño, estrés, ansiedad, y prevenir futuros eventos psicosomáticos (Ramírez, 2022).

He aquí algunas de las neurotecnologías que se emplean en nuestras sesiones neurointegrales:

- **Realidad virtual aumentada.** La realidad virtual aplicada a la psicoterapia es una herramienta de exposición por medio de un conjunto de entornos tridimensionales similares a escenarios que son de difícil acceso en la vida real de una plataforma psicoterapéutica.

Para el procedimiento contamos con algo más de cincuenta entornos que han sido minuciosamente diseñados por especialistas de las neurociencias y la psicología, para ayudar mediante la exposición inmersiva a realizar diversas tareas cognitivas y de regulación emocional, que generan cambios en tiempo real, los cuales van siendo observados por sensores electrotérmicos que al final arrojan un resultado cuantitativo, el cual indica el grado de respuesta fisiológica que el usuario tuvo durante la sesión, y así, entonces, podemos hacer un seguimiento comparativo con las sesiones anteriores.

- **Neurorretroalimentación (*neurofeedback*)**. Es una técnica que se realiza con un dispositivo portátil que rastrea y monitorea la actividad cerebral y nos da una idea en tiempo real de cómo el cerebro está cambiando en tiempo real. Al momento de evaluar los cambios en la actividad cerebral podemos procesar los ajustes necesarios en nuestras actividades físicas y en nuestras actitudes, potenciando así la condición física y el rendimiento del cerebro.

El entrenamiento se realiza frente a un computador o tableta electrónica, conectando el usuario al dispositivo mediante un sistema de electrodos (sensores localizados en el cráneo del usuario) y un amplificador de ondas cerebrales. Se instruye al usuario para que trate de realizar cambios en las animaciones que se le presentan en la pantalla del computador o tableta electrónica.

- **Biorretroalimentación (*biofeedback*)**. Es una técnica basada en un sistema de sensores con los cuales el paciente es consciente, en tiempo real, de varios parámetros fisiológicos que describen el funcionamiento de su cuerpo.

Monitorear y controlar la actividad biológica de los sistemas nervioso, neuroendocrino y neuroinmunológico puede ejecutarse mediante las técnicas de biorretroalimentación, técnicas desarrolladas por psicólogos en la década de 1960, las cuales evidencian utilidad y eficacia en varios trastornos clínicos, entre otros el estrés, la ansiedad, el insomnio, enfermedades cardiovasculares y el dolor.

Figura 3.2. Herramientas de neurotecnología.



(Imagen de la Fundación ICN.)

3.3 Herramientas físicas, psicoemocionales y contemplativas

De acuerdo con los resultados obtenidos con la neurotecnología, se definirán técnicas y herramientas que como un complemento práctico se acomodan más a las necesidades del paciente evaluado. Dichas técnicas se han estudiado y validado científicamente desde las neurociencias y otras líneas de investigación, y han demostrado ser muy eficaces en lograr un cambio sustancial en la salud integral, la personalidad, el desarrollo profesional, entre otros aspectos, los cuales son imprescindibles como herramientas prácticas en la vida diaria, y las más utilizadas son, entre otras, yoga de la risa, *chi kung*, técnicas de respiración, gimnasia cerebral, terapias de movimiento, *reiki*, atención plena (*mindfulness*) (Jacobs, 2001; Carrillo *et al.* (2009).

- **Gimnasia cerebral.** Varios estudios muestran y concluyen que es trascendental el carácter de la práctica de la gimnasia cerebral, tanto para el bienestar y la potenciación cognitiva como para el orden y práctica de las actividades motrices. Estos ejercicios permiten realizar exposición y aceleración al aprendizaje, la atención visual y auditiva, combinando estas actividades con ejercicios didácticos, para un mejor rendimiento del cerebro, generando nuevas conexiones entre las neuronas, mejorando así el equilibrio, la creatividad y el cumplimiento de metas, mediante el uso de ambos hemisferios cerebrales.
- **Yoga de la risa.** La risa busca potenciar los efectos positivos en la actitud de la persona, generando optimismo y elevando la autoestima, ya que al reírse se aumenta el oxígeno que entra al cuerpo. La risa proyectada en diferentes situaciones tiende a crear efectos favorables en la salud, en especial de personas que poseen una enfermedad crónica.
- **Atención plena (*mindfulness*).** Al centrarse en el momento presente se obtienen cambios pragmáticos y efectivos con la terapia cognitiva implementada y centrada en la atención plena. Su desarrollo más amplio consiste en la integración de empatía, compasión y autorreconocimiento. Esta técnica de meditación enfatiza reconocimiento y aceptación de los sentimientos, pensamientos y sensaciones corporales propios.

La atención plena es una técnica de relajación mediante la observación del momento presente. Por medio de esta técnica se contemplan los pensamientos y las sensaciones corporales propias sin juzgarlos (Carmona *et al.*, 2017).

- **Chi kung.** Es una práctica usada en la medicina tradicional china que integra la mente y el cuerpo. La persona realiza movimientos armoniosos con su cuerpo, los cuales son dirigidos por la respiración; como resultado la mente se relaja y logra despertar la energía vital. Provoca efectos fisiológicos favorables en los practicantes (Instituto Qigong, 2016).

- **Respiración diafragmática.** Por medio de la respiración con el diafragma los pulmones se expanden y expulsan los residuos de manera más eficiente. La respiración diafragmática ralentiza la respiración, relaja el sistema nervioso, desintoxica los órganos, ayuda a la circulación y la digestión, mejora el sistema inmunológico, reduce la presión arterial, aumenta la resistencia y aumenta la sensación de bienestar. Se refleja en diversos estudios de enfermedades degenerativas crónicas a leves, los efectos de establecer ejercicio constante junto a un ámbito de vida saludable que repercute en la neurogénesis de la persona.
- **Técnica de liberación emocional (*emotional freedom technique, EFT*) o *tapping*.** La técnica de acupresión mental consiste en hacer pequeños toques (*tapping*) con los dedos en los puntos de los meridianos de energía mientras nos centramos en el problema a tratar. Estas caricias pueden desbloquear las energías asociadas a las emociones para que desaparezcan el malestar y los síntomas asociados. Es una terapia holística que trata la mente y el cuerpo como un todo y tiene un efecto neutralizador emocional muy fuerte. De hecho, se estima que el tacto puede aliviar de manera significativa los síntomas en el 90% de los casos.

Esta metodología está dirigida a la gestión, estimulación y potenciación de los procesos mentales y fisiológicos, en las cuales se utilizan técnicas para medir y estimular muchas variables y alteraciones físicas y mentales que sufrimos todos; por medios científicos se ha comprobado que algunos de los constantes estímulos que a diario recibimos del exterior a diario se convierten en amenazas constantes y nos llevan a deteriorar nuestra salud, las perspectivas de felicidad y las inteligencias integrales, con pérdida de memoria, falta de tolerancia, entre otras muchas alteraciones de índole física y emocional que se derivan de estos factores de exposición.

- **Mentoría neurointegral.** Es una nueva visión de entrenamiento y autoconocimiento que enseña a entender mejor cómo funciona el cerebro, la interacción mente-cuerpo y, sin darnos cuenta, cómo algunos de nuestros hábitos nos llevan a generar conductas autodestructivas, que se establecen como programas automáticos y repetitivos.
- **Hábitos que protegen nuestro cerebro.** La promoción de una alimentación y ejercicios adecuados son base de los estudios presentados actualmente en el núcleo de las neurociencias. Esto se acompaña de técnicas y estrategias que complementan la esencia integral del bienestar. Como parte de refuerzo realizamos una integración de otra metodología del área tanatológica con un especialista que aborda el dolor emocional de manera concreta.

Figura 3.3. Sesiones personalizadas o en grupos.



(Imagen de la Fundación ICN.)

Todo el desarrollo de esta metodología arroja una evaluación que permite medir el estado neuroemocional de la persona, dando un diagnóstico al inicio y al final del proceso, mostrando indicadores para argumentar su estado actual.

El objetivo principal es entrenar las habilidades cognitivas, emocionales, físicas, psicológicas, sociales y espirituales que contribuyan a mejorar las destrezas de las personas para aplicarlas en los diferentes ámbitos de su vida. Además, la evidencia científica demuestra que estas habilidades tienen relación con la felicidad o el bienestar integral, los cuales pueden lograrse trabajando las causas que generan deterioro neurointegral. Así mismo, por medio del entrenamiento mental, combinando técnicas contemplativas, entre ellas atención plena (*mindfulness*), meditación, compasión, *chi kung*, *reiki* y ejercicios de autocontrol, también las prácticas de gestión cognitiva, como gimnasia cerebral, retos mentales y otros avances de las neurociencias y la psicología positiva, se puede contribuir a la adquisición de las competencias necesarias para conseguir el bienestar neurointegral.

Si existe algo que enfatiza los estudios del cerebro y su adaptabilidad es que el proceso de aprendizaje y el entorno social nos dan la oportunidad de desarrollar una estrategia y realizarla, como el aprendizaje de las condiciones ambientales y concientización de la alimentación, el deporte y la importancia de la salud mental.

Existen numerosas evidencias y todo tipo de mediciones que se han realizado por prestigiosos científicos, universidades, laboratorios y estudios independientes que demuestran que nuestro cerebro puede activar una farmacia que produce medicamentos asombrosos y puede, como tal, reparar así mismo muchos procesos de manera natural, e incluso por neuroplasticidad se evidencia que el cerebro es capaz de autorrepararse, dando origen a nuevas neuronas y como tales nuevas conexiones (McEwen *et al.*, 2015).

LO QUE PASA EN EL CEREBRO DESPUÉS DE LA MUERTE

Julio César Ramírez Vargas, Ph. D.

El solo hecho de hablar de la muerte les genera miedo a muchas personas, pues en nuestra cultura aún no encontramos la manera efectiva de afrontar dicho suceso. Este mismo misterio con el que se aborda impidió estudios *post mortem*, justamente durante muchos años, e incluso antiguos científicos y anatomistas tuvieron que recurrir al robo de cadáveres y así poder estudiar la anatomía, entre otras prácticas.

De hecho, en 1832 en el Reino Unido se promulgó la ley de anatomía, la cual autorizaba solo el uso de cadáveres de presos condenados a muerte, y con ese número tan bajo de condenados era insuficiente para las escuelas de medicina, que necesitaban cerca de quinientos cuerpos al año, y la cifra de ahorcados era inferior a cincuenta.

Por esos días el número de estudiantes de medicina seguía creciendo de modo exponencial en el Reino Unido, a tal punto que aparecieron ladrones de cadáveres, unos grupos criminales que por esa época se hicieron llamar *Los Resurreccionistas*, quienes esperaban a que los familiares enterraran los cadáveres de sus seres queridos y entonces ellos aparecían horas después para robárselos y venderlos a las instituciones de medicina de la época, que requerían cientos de ellos.

Esto era poco o nada secreto que digamos, pues todos sabían que esa práctica se realizaba, y por más que denunciaban, *Los Resurreccionistas* seguían en lo que estaban: profanar tumbas y robar los cadáveres; esa situación se volvió tan crítica que incluso algunos familiares de los difuntos tenían que montar vigilancia después de enterrarlos.

Vengamos más cerca y más acá, a América Latina. Aquí en Colombia sucedió algo macabro relacionado con esta misma práctica, pero en este caso ocurrió en la Universidad Libre, sede de Barranquilla, donde miembros del personal de seguridad atraían con engaños a los indigentes y a los recolectores de material reciclable y, una vez que estaban dentro del claustro, los mataban a golpes, para luego pasar sus cuerpos a la morgue de la Universidad, para objeto de estudio de los practicantes

de medicina (figura 4.1). Todo esto salió a la luz en 1992, pero, según relatos, esta práctica venía ocurriendo desde hacía mucho tiempo.

Figura 4.1. Muchas personas fueron asesinadas para obtener cadáveres.



<https://Pixabay.com>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

Como ven, la práctica y el estudio de la anatomía humana han estado plagados de situaciones muy comprometedoras, por falta de regulación y normas, y por la falta de ética de algunos profesionales de la salud.

La muerte ha estado también rodeada de misticismo desde la Antigüedad, debido a la influencia religiosa y a la propaganda terrorífica por parte de escritores y guionistas, en las cuales muestran diversos escenarios después de la muerte, e incluso muertos vivientes, los llamados zombis, que se supone que solo morían cuando se les perforaba el cerebro.

4.1 La tecnología como aliada

Hoy es mucho más fácil conocer un poco más del órgano más impresionante de todos: el cerebro. Gracias a estos nuevos equipos neurotecnológicos, sabemos lo que sucede en el cerebro de una persona que está en coma; por ejemplo, el tipo de actividad que registra, e incluso veremos más adelante cómo ha podido establecerse comunicación por medio de la actividad funcional del cerebro con un paciente que se encuentra en estado de coma.

4.2 Muerte cerebral

Se habla de muerte cerebral cuando el cerebro tiene un daño completo y deja de funcionar; o sea, cuando ha dejado de recibir flujo sanguíneo, oxígeno, etc. En ese caso los órganos pueden funcionar aún si el paciente está conectado a un respirador.

Para el personal médico el hecho de que el cerebro haya dejado de tener alguna función es la muerte; así continúe siendo asistido mecánicamente por un respirador artificial, ninguna alternativa existe, debido a que el órgano que nos hace ser lo que somos ya dejó de funcionar. Se habla de **muerte cerebral** o de **muerte encefálica**, aquí se trata de un coma reactivo, con cero reflejos, aquí ya es imposible generar respiración, o hacer control de la temperatura, etc. En conclusión, en ese momento ya es imposible tener alguna opción de control básico de vida.

Cuando se confirma el diagnóstico de muerte cerebral, lo que normalmente hace una institución de salud es retirarle todos los medios artificiales al paciente, y esto se informa a los familiares, que por lo general quieren estar en ese momento al lado de su ser querido cuando se hace la desconexión, y en ese momento es posible que el paciente genere movimiento en alguna extremidad; de hecho, han sucedido casos en que al desconectar al paciente ha quedado casi sentado, a esto se le llama el síndrome de Lázaro (fenómeno Lázaro, efecto Lázaro), y esto se le avisa previamente a la familia, debido a que ello puede tomarse como signo diferente de muerte cerebral y generar confusión en la familia.

4.3 Cuándo se declara definitivamente la muerte

Hasta hace unos cincuenta años se declaraba la muerte del paciente sin pulso ni respiración. Científicos del instituto de investigación bioética Hastings Center, de los Estados Unidos de América, han elaborado un informe especial en el que analizan el funcionamiento biológico, neurológico o efectivo del cuerpo humano y, entre varios temas, tocan los siguientes:

- ¿Debería definirse la muerte estricta y biológicamente como la incapacidad del cuerpo para mantener las funciones integradas de respiración, circulación y función nerviosa?
- ¿Debe declararse la muerte por lesión neurológica aguda, aunque las funciones biológicas estén intactas?
- ¿O es esencialmente una construcción social que necesita definirse de manera diferente?

El documento “Definición de muerte. Trasplante de órganos y el legado de 50 años del informe de la Universidad de Harvard sobre la muerte cerebral” (“Defining Death: Organ Transplantation and the 50-Year Legacy of the Harvard Brain-Death Report”)

da respuestas a estas preguntas. Hasta mediados del siglo XX la muerte estaba claramente definida: cuando una persona no respondía, ni tenía pulso ni respiraba espontáneamente, se la declaraba muerta.

Dos trabajos posteriores llevaron a la necesidad de un nuevo concepto de muerte, que culminó con la definición de muerte cerebral propuesta en un informe de la Universidad de Harvard de 1968.

- **La invención de la ventilación mecánica.** Apoyada por cuidados intensivos, hace posible mantener la respiración y la circulación en una persona que de otro modo moriría rápidamente por daño cerebral que daría como resultado la pérdida de estas funciones vitales.
- **El trasplante de órganos.** “A menudo se requiere recuperar un órgano ‘vivo’ de un cuerpo que se creía ‘muerto’”, como se explica en la introducción de este informe especial. Aunque la definición legal de muerte incluye la muerte por criterios neurológicos (cese irreversible de todas las funciones cerebrales), el concepto de muerte cerebral sigue siendo cuestionable, más recientemente en el caso de Jahi McMath (Caso Jahi McMath, 2018), una adolescente afroamericana declarada con muerte cerebral debido a una cirugía. Murió en un hospital de California en 2013 debido a complicaciones. Fue declarada clínicamente muerta por criterios neurológicos, pero siguió teniendo eventos biológicos inesperados: Jahi estuvo biológicamente viva durante casi cinco años hasta que fue declarada muerta en 2018 por un paro cardíaco.

Además, algunos de los principales expertos en medicina, bioética y otros campos relacionados analizan y debaten otras áreas de controversia actuales y emergentes. Por ejemplo, el artículo “Conceptual Basis of Brain Death”, de James Bernat, profesor emérito de medicina y neurología de la Geisel School of Medicine de Dartmouth, en Hanover, Nuevo Hampshire (EE. UU.), considera que, si el donante de un órgano falleció por muerte cerebral, este hecho conduce rápidamente a la disolución física, independientemente de la asistencia médica.

4.4 Registros de actividad cerebral *post mortem*

Un acontecimiento reciente ha generado mucha expectativa en la comunidad científica, pues es la primera vez que se toman datos de la actividad cerebral durante el proceso de defunción. Esto se dio de modo accidental, ya que justamente en el momento en que le tomaban la lectura de electroencefalograma (EEG) a un paciente adulto mayor se produjo su deceso, y mientras realizaban las maniobras de reanimación el EEG seguía registrando la actividad eléctrica del cerebro y pudo observarse cómo estos procesos iban apagándose poco a poco.

Por ello neurocientíficos internacionales publicaron hace poco, en la revista *Frontiers in Aging Neuroscience* (Clark, 2022), un artículo en el que afirman haber grabado la actividad cerebral de un ser humano en el momento justo de su deceso. ¿Qué pudo observarse allí y qué dice la comunidad científica al respecto? En ese momento en que se producía el deceso lo primero que observaron los científicos es que las ondas cerebrales son muy similares a las que se observan cuando estamos recordando, meditando o soñando:

“Medimos 900 segundos de actividad cerebral alrededor del momento de la muerte y establecimos un enfoque específico para investigar qué sucedió en los 30 segundos antes y los 30 segundos después de que el corazón dejara de latir”, dijo el doctor Ajmal Zemmar, neurocirujano de la Universidad de Louisville, EE. UU. quien organizó el estudio.

“Justamente antes y después de que el corazón dejara de funcionar vimos cambios en una banda específica de oscilaciones neuronales, las llamadas oscilaciones gamma, también en otras, como las oscilaciones delta, theta, alfa y beta”.

“Mediante la generación de oscilaciones involucradas en la recuperación de la memoria, el cerebro puede estar reproduciendo un último recuerdo de eventos importantes de la vida justamente antes de morir, similar a los eventos informados en las experiencias cercanas a la muerte”, especuló Zemmar. “Estos hallazgos desafían nuestra comprensión de cuándo termina exactamente la vida y generan importantes preguntas posteriores, como las relacionadas con el momento de la donación de órganos”.

“Como neurocirujano, a veces me enfrento a pérdidas. Es indescriptiblemente difícil dar la noticia de la muerte a familiares angustiados”, dijo.

“Algo que podemos aprender de esta investigación es que, aunque nuestros seres queridos tienen los ojos cerrados y están listos para dejarnos descansar, sus cerebros pueden estar reproduciendo algunos de los mejores momentos que vivieron en sus vidas” (Clark, 2022).

En cuanto a los pacientes que pasaron por una experiencia cercana a la muerte, algunos de ellos manifiestan haber visto su propia vida pasar ante sus ojos, como cuando se activa el modo rápido de un video, otros hablan de la luz al final del túnel, otros comentan sensaciones extracorporales, etc. Como se abordará en capítulos más adelante, dejaré esa parte a mis colegas, los otros coautores, que pasaron justamente por una experiencia similar y que nos ilustrarán con ello.

Tengo que decir, como neurocientífico que soy, que muy poco o nada sabemos realmente acerca de lo que pasa en el cerebro en el momento de la muerte; sin embargo, durante mucho tiempo se han realizado experimentos en animales, en los cuales se ha podido observar que el cerebro sigue teniendo actividad aún después de la muerte, y he allí justamente lo relevante del caso citado del adulto mayor, pues esto nunca había podido evidenciarse en seres humanos.

4.5 ¿Cómo se logró este efecto?

En 2016 un equipo de investigadores efectuó una operación a un adulto mayor de 87 años que presentaba una hemorragia entre el cráneo y el cerebro, se le eliminó un coágulo, pero a los pocos días empezó a presentar convulsiones. La actividad cerebral del paciente se monitoreaba sin interrupción por electroencefalografía (figura 4.2) para detectar convulsiones y tratar al paciente de manera adecuada, pero en el proceso el paciente tuvo un infarto cardíaco y murió, y su actividad cerebral quedó registrada justamente en ese mismo momento.

El neurocirujano principal del estudio verificó la actividad cerebral del paciente antes de su muerte y posterior a ella, precisamente en el momento en que su corazón dejó de latir.

Figura 4.2. Lectura de electroencefalograma.



<https://freepik.com/>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

Los investigadores descubrieron que era precisamente durante sus últimos momentos cuando aumentaban las oscilaciones neuronales, conocidas también como ondas cerebrales. Estas oscilaciones son el ritmo o los patrones repetitivos de la actividad cerebral en los seres vivos; luego de los 15 segundos de estar declarado muerto, se pudo visualizar que sus ondas cerebrales estaban presentes aún, y se destacaban las ondas delta, theta, alfa y beta. Las ondas gamma son un patrón de oscilación neuronal que ocurre en el cerebro de los seres humanos, y su frecuencia oscila de 25 hercios (Hz) a los 100 Hz, aunque es más habitual su presentación a 40 Hz.

4.5.1 Ver la vida pasar ante sus ojos

Al ver los científicos estos patrones de ondas cerebrales importantes y presentes en el estado de cognición del ser humano, desvelaron que nuestro cerebro puede realizar actividades luego de que la persona fallece, que este accede a recuerdos, a patrones de sueños, y realiza la misma actividad cerebral necesaria para acceder a

una memoria o a información. Por ende, se estudiaron diversos relatos de personas que han vivido ECM y recurren a un estado en el cual sus momentos más emotivos pasan ante sus ojos.

Sugieren así que el cerebro aun después de la muerte genera repuestas fisiológicas y accede a recuerdos. A pesar del estudio que solo pudo evidenciarse en una persona, desde dicho año se ha intentado replicar y estudiar el proceso para comprender el comportamiento del cerebro después de la muerte (Vicente *et al.*, 2022).

4.5.2 Experiencias cercanas a la muerte

Una experiencia cercana a la muerte (figura 4.3) es un evento lúcido en el cual el cuerpo de una persona está tan severamente dañado que moriría si su condición no lograra mejorar. Es estar inconsciente, sin latidos cardíacos detectables, sin respiración; y en ese momento los registros de electrocardiograma (ECG) son planos.

Las ECM pueden incluir algunos de los aspectos siguientes:

- Experiencias extracorporales o separación de la consciencia del cuerpo físico.
- Mayor consciencia sensorial.
- Emociones intensas.
- Ingreso en túneles o incluso recorrido de ellos.
- Visión de luces brillantes.
- Encuentro con seres misteriosos o con familiares o amigos fallecidos.
- Sentido de alteración del tiempo y el espacio.
- Revisión de la vida.
- Visualización de paisajes celestiales indescriptibles.
- Adquisición de conocimientos especiales.
- Encuentro con una barrera o límite.
- Regreso voluntario o involuntario al cuerpo físico.



Por ende, se estudiaron diversos relatos de personas que han vivido ECM y recurren a un estado en el cual sus momentos más emotivos pasan ante sus ojos.

Figura 4.3. Experiencia cercana a la muerte.



<https://freepik.com/>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

Las similitudes entre las ECM en niños y en adultos sugieren que son reales y nada tienen que ver con creencias preexistentes, influencias culturales o experiencias pasadas de la vida actual. Las características de las ECM son similares en todo el mundo y en personas de diferentes culturas. Ninguna evidencia existe que apoye las hipótesis psicológicas, fisiológicas, neuroquímicas y neuroanatómicas para explicar las ECM. Se han propuesto modelos multifactoriales basados en una combinación de todos los factores señalados (hipoxia cerebral, liberación de serotonina, endorfinas o compuestos similares a la ketamina). Aunque los factores fisiológicos, psicológicos y socioculturales pueden interactuar en las ECM, las hipótesis que se han propuesto son solo especulaciones sin soportes sobre lo que sucede durante las ECM (Bonilla, 2011).

Con base en lo que sabemos sobre el cerebro y cómo funciona durante un paro cardíaco o durante una muerte cerebral, o durante un caso que combine ambos episodios, es poco probable que la persona haya tenido algún tipo de experiencia; o si la tuvo, le quedaría difícil recordarla, al menos para quienes la visualizaron fue una ECM.

Se han realizado muchos estudios sobre las causas de las ECM en diferentes situaciones y, hasta donde hemos podido observar, suceden en cualquier época en personas sin considerar su cultura, su nivel socioeconómico o su educación.

Si la conocida teoría de que la consciencia es un producto del cerebro es correcta, entonces en ese momento la consciencia sería inexistente. De hecho, esto es lo que se documenta en la mayor parte de los casos de coma, muerte clínica o muerte cerebral. Pero, como muestra el estudio de las ECM, existen excepciones a esta regla. Este descubrimiento nos obliga a repensar la conexión entre el cerebro y la consciencia.

4.5.3 Características que se destacan en las ECM

La investigación activa y exhaustiva para comprender mejor la ECM se refleja en la identificación de varios elementos implícitos de esta experiencia que continúan emergiendo en entrevistas con sujetos en estudios retrospectivos y prospectivos de revelación (Bonilla, 2011; Cruz, 2017). Entre los componentes más visibles están los siguientes:

1. **Experiencias fuera del cuerpo.** Es decir, la consciencia se separa del cuerpo. Se asocian con una variedad de trastornos neurológicos (por ejemplo, epilepsia, migraña, infecciones) y trastornos psiquiátricos (por ejemplo, esquizofrenia, depresión, ansiedad y trastornos disociativos). Sin embargo, se reconoce que ocurren en la población clínica; también se sabe que han sucedido en cerca del 10% de la población sana y en varias culturas. En esta experiencia las personas se perciben a sí mismas desde una posición fuera y por encima de su cuerpo inconsciente o clínicamente muerto. Quienes la viven parecen haber dejado sus cuerpos y todavía conservan de modo aparente su identidad, sintiendo emociones potencialmente y percibiéndose a sí mismos con claridad y lucidez notables. También relatan con demostraciones que podían percibir y sentir eventos que sucedían alrededor de sus cuerpos inertes.
2. **Experiencias emocionales fuertes y positivas.** Los efectos positivos que se sienten después de una ECM pueden ser muy fuertes debido a las emociones, los sentimientos y cogniciones positivos experimentados y sobrepasan las expectativas de muchas personas sobre la muerte y su proceso, al menos en la cultura occidental. Debido a esta característica, nada tiene de sorprendente la desaparición de la ansiedad ante la muerte, según reportan quienes tuvieron una ECM.
3. **Entrar en un túnel o caminar por él.** Al examinar las muchas descripciones y detalles proporcionados por personas que han experimentado una ECM, se concluye que las experiencias en túneles se describen en algunas culturas y por algunos de los pacientes experimentadores, a pesar de las descripciones de los tiempos oscuros. El resultado indica que la experiencia del túnel (figura 4.4) puede estar asociada con una condición médica grave, como paro cardíaco, ahogamiento, trauma, pérdida excesiva de sangre, a diferencia de daños menores, como el miedo o la fatiga.
4. **Encuentros con seres místicos o con familiares fallecidos.** Ver, oír o sentir a uno o varios Espíritus es una característica importante de las ECM. Los Espíritus percibidos quizá sean de personas desconocidas, aunque lo más común es un encuentro con familiares o amigos fallecidos. Alrededor del 50% de los pacientes experimentadores describieron esta función.

5. **Sensación de cambio en el tiempo y el espacio.** En cuanto a la percepción del tiempo durante eventos de ECM, la mayor parte de los datos reunidos de diversas experiencias indican que para el paciente experimentador cada momento pasa por todos los tiempos sin sentir su relación con el momento temporal en pasado, presente o futuro.
6. **Revisión de vida.** Diversas descripciones de los pacientes experimentadores de ECM aseguran que pudieron experimentar momentos de gran importancia ocurridos en su vida.
7. **Adquisición de conocimientos especiales.** Algunos aseguran adquirir conocimientos de los cuales carecían antes de la ECM y que ninguna relación tenían con su vida o sus estudios o su trabajo.
8. **Regreso voluntario o forzado al cuerpo físico.** Muchos manifiestan haber podido elegir cuándo volver a su cuerpo físico y visualizar su existencia por elección propia.

Figura 4.4. Sensación de entrar en un túnel o caminar por él.



<https://DepositPhotos.com/>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

4.5.4 *Cuándo ocurre una ECM*

Las ECM también pueden ocurrir en situaciones en las cuales ninguna condición médica está involucrada, pero que pueden poner en peligro la vida, ya que en tales casos las personas pueden esperar morir. Estas condiciones incluyen accidentes graves, caídas importantes, intentos de suicidio o situaciones estresantes. Pero muchos estudios relacionados con este fenómeno han revelado varias situaciones específicas en las cuales podemos ser más vulnerables a las ECM. Las más destacadas son el paro cardíaco, las complicaciones posparto, el exceso de anestesia, la enfermedad terminal, la diálisis, el coma y la asfixia.

4.5.5 *Estudios*

Una investigación muy completa sobre las ECM se realizó bajo la dirección de la psicooncóloga y especialista en pérdidas y cuidados paliativos Cristina Lázaro Pérez (2016), doctora en Antropología, quien lideró una investigación con 1.134 pacientes para reunir información sobre las experiencias vividas y la manera en que sus familiares afrontaron esta situación de pérdida.

Los investigadores entrevistaron a todas las personas relacionadas que pudieran haber tenido la experiencia, les daban una escala validada y varios cuestionarios para evitar que las visiones respondieran a otras causas. “A veces la interpretación de las alucinaciones es incorrecta, y ninguna diferencia existe entre la experiencia y las alucinaciones provocadas por drogas u otras sustancias psicoactivas”, dijo la psicooncóloga, quien también descartó otras causas, como delirios o esquizofrenia. Según Cristina, la experiencia estaba cerca de la “prioridad” de la muerte, y explicó que analizó 1.134 casos, de los cuales solo 170 quizá fueron adecuados para la descripción.

En esta experiencia el paciente dijo a los investigadores haber visto luces, túneles, también a familiares en indeterminada época del año; algunos pensaron que tenían que cruzar los obstáculos; otros regresaron a sus cuerpos respectivos porque en definitiva estaban en algún lugar, porque tenían que hacer algo, o porque no era su momento; otros experimentaron los mejores momentos de su vida, o recordaron tareas, sueños u objetivos que tenían pendientes (figura 4.5).

“A veces la interpretación de las alucinaciones es incorrecta, y ninguna diferencia existe entre la experiencia y las alucinaciones provocadas por drogas u otras sustancias psicoactivas”.

Figura 4.5. Experiencia fuera del cuerpo.



<https://Pixabay.com/>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

Los casos de estudio con más éxito de sobrevivir a un paro cardíaco o enfrentar la muerte clínica son los de las personas que han experimentado hipotermia; en estos casos las personas tienen lapsos de minutos, incluso horas, sin riego sanguíneo, y pueden revivir luego de una atención médica oportuna. Los sobrevivientes de estos sucesos están al borde de la muerte y el organismo se ralentiza, permitiendo luego poder establecer el pulso.

Puede resaltarse en esta oportunidad un caso insólito que transcurrió en 1999, en el cual una mujer permaneció muerta por algo más de una hora, ya que estaba atrapada bajo el hielo, pero al recibir la atención oportuna logró revivir.

Existen casos como el experimentado por una mujer estadounidense que era ciega de nacimiento, y en el momento de su ECM pudo visualizar el entorno hospitalario y a ella misma (Long y Perry, 2011).

EXPERIENCIAS CERCANAS A LA MUERTE

Wilson Meneses Sánchez, Esp.

El ser humano afronta desde su nacimiento las múltiples pruebas por superar en la experiencia maravillosa de la vida, y entre esas pruebas está de modo eventual la experiencia cercana a la muerte (ECM), la cual es la vivencia consciente o semi-inconsciente o inconsciente que una persona informa haber tenido mientras se encontraba en un estado clínico sin datos fisiológicos vitales detectables y en el cual el riesgo de muerte era inminente.

Las ECM pueden incluir algunos de los aspectos siguientes: experiencias extracorporales o separación de la consciencia del cuerpo físico, incremento en la percepción sensorial, emociones intensas, ingreso en túneles o incluso recorrido de ellos, visión de una luz brillante, encuentro con seres místicos o familiares o amigos fallecidos, sentido de alteración del tiempo y el espacio, revisión de la vida, visualización de paisajes celestiales indescriptibles, encuentro con una barrera o límite, aprendizaje de un conocimiento especial, regreso voluntario o involuntario al cuerpo físico.

Las características de las ECM son similares en personas de todas las culturas. Las ECM en niños y en adultos tienen similitudes que sugieren que son reales y sin influencias de creencias culturales preexistentes o de experiencias pasadas de la vida actual. En los entornos académicos y de atención en salud existen muchas hipótesis fisiológicas, psicológicas, neuroanatómicas y neuroquímicas para explicar las ECM, pero sin ninguna evidencia que las apoye. Los factores fisiológicos, psicológicos y socioculturales pueden interactuar en las ECM, pero las hipótesis y los modelos de muchos factores que se han propuesto basados en una combinación de hipoxia cerebral, liberación de endorfinas, serotonina u otros compuestos son solo especulaciones sin soportes sobre lo que sucede durante las ECM (Bonilla, 2011).

Algunas personas confunden las ECM desde la espiritualidad con la asociación de creencias religiosas que las personas tienen antes de sufrir estos eventos, también

puede ser posible relacionarlas de manera errónea con arquetipos religiosos. Con plena certeza desde la ciencia, la filosofía y la moral espíritas, las ECM son del mismo origen y son un conocimiento universal, de modo que son encuentros espirituales en los diferentes mundos existentes en el universo infinito; es decir, cuando las personas están en estado de coma o son diagnosticadas con muerte clínica se hallan en una condición propicia para vivir una ECM. Por consiguiente, en ese estado el alma (Espíritu encarnado) de la persona sale del cuerpo físico desde la glándula pineal del cerebro como una especie de cordón plateado, que es un vórtice de energía cuántica mediante el cual el alma puede moverse entre los planos físico y espiritual; en ese estado el alma flota y ve su cuerpo en el quirófano, en la unidad de cuidados intensivos (UCI) o en el lugar físico donde se encuentre escuchando la declaración de su muerte clínica o estando en estado de coma. Todos los casos de ECM que suceden son vivencias espirituales vividas para que la humanidad de este planeta evalúe su consciencia y su voluntad, y haga siempre el bien para evolucionar en los aspectos moral y espiritual, que son los más importantes de la vida.

Después el Espíritu de la persona que vive una ECM se eleva, atraviesa un umbral espiritual, que puede ser en forma de un túnel oscuro que al final encuentra la luz. El Espíritu permanece flotando y puede encontrar la luz por medio de muchas puertas en el mismo túnel oscuro; también es posible que en ese lugar encuentre una escalera por la cual el Espíritu cruce el umbral espiritual y encuentre un mundo sutil que visita de manera espiritual; de igual modo, el Espíritu puede encontrarse en forma repentina en un mundo espiritual de acuerdo con el desarrollo moral y espiritual que ha alcanzado por su conducta y su voluntad que ha tenido para vivir en esta existencia y según la categoría de los mundos habitados en el universo.

Puede asegurarse, de acuerdo con la ciencia, la filosofía y la moral espíritas, que cuando una persona tiene una ECM, este evento ha sido acordado desde el plano espiritual en el plan prenatal, antes de encarnar en este mundo terrenal, por el Espíritu de la persona que tiene estas vivencias; es decir, antes de nacer en este plano físico. Por consiguiente, en la pluralidad de mundos habitados, la Tierra es uno más de los millones de planetas con vida humana en el universo. El Espíritu se encarna en diferentes planetas, progresando principalmente en los aspectos moral y espiritual para su continua evolución espiritual.

Es natural que cuando una persona vive una ECM su Espíritu conciba una tranquilidad indescriptible, paz interior plena, que escuche bellas melodías y voces graves y agradables, y que se encuentre en colonias espirituales muy bellas, donde hay bosques, llanuras, planicies, montañas, glaciares, nevados, acantilados, océanos, mares, ríos, quebradas, desiertos, fauna, flora; también puede ocurrir que experimente tristeza, miedo, resentimiento, sollozos, pena emocional o sentimental, pensamientos perturbadores, o experiencias espirituales terroríficas en escenarios espirituales poco o nada bonitos, como pantanos, desiertos tenebrosos y escabrosos; así mismo, que se encuentre con los Espíritus de familiares o seres queridos que ya fallecieron; por tanto, estas experiencias espirituales se habían ya diseñado, planificado y acordado

en colonias y patrias espirituales con los Espíritus que aparecen en la ECM, y ya están grabadas en el periespíritu y en el plan prenatal del Espíritu de la persona que tiene la ECM. Todo esto depende de la conducta moral y espiritual del Espíritu que tiene estas vivencias, lo cual se corresponde con su encarnación en esta existencia, incluso con futuras encarnaciones, en este mundo de prueba y expiación o en mundos similares a este mundo terrenal, de los cuales existen millones entre los billones o quizá trillones de mundos en todo el universo.

También algunas personas que han tenido ECM cuentan que han visto su pasado, su presente y su futuro como una especie de línea de tiempo en que se ven a sí mismas con cambios físicos; en otras ECM algunas personas ven el futuro venidero, próximo o lejano de la humanidad de este planeta. Así mismo, individuos con ceguera total desde su nacimiento que han vivido ECM aseguran que en dichas vivencias han visto seres animados y seres inanimados, y los describen con tal precisión como estos son en realidad; además, son capaces de reconocer e identificar con precisión todo lo que puede estar sucediendo en ese momento, y relatar con exactitud hechos y eventos que ocurrieron en ciertos lugares y a ciertas horas mientras se hallaban en letargo profundo, en estado de coma o declarados con muerte clínica; por tanto, aunque esas personas pueden tener ceguera total en los ojos del cuerpo físico, es su Espíritu quien vive y tiene total claridad de lo que sucede, por ello existe rigor en los hechos.

De la misma manera, existen casos clínicos documentados por la ciencia médica en los cuales personas que han estado en coma despiertan hablando un idioma diferente de su idioma nativo. Estos casos resultan inexplicables para la ciencia médica académica y “ortodoxa” de Occidente. Sin embargo, la explicación de estos casos es espiritual; de tal modo, el hecho de que las personas que despiertan de un estado de coma y hablan un idioma diferente de su idioma nativo sucede porque las competencias y habilidades lingüísticas de poder entender y hablar un idioma diferente del nativo las adquirió el Espíritu de cada una de estas personas en existencias anteriores, son conocimientos de vidas pasadas.

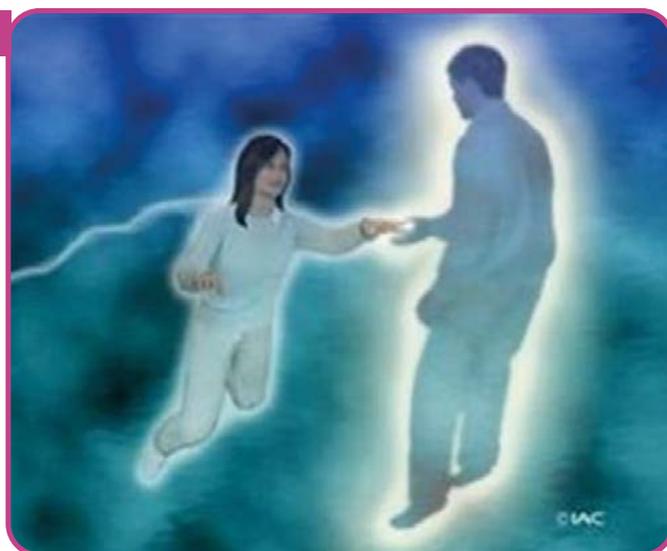
El ser humano está formado por el alma (Espíritu encarnado), el periespíritu y el cuerpo físico o ser material; el Espíritu es el principio vital inteligente y energía divina, hálito de vida en los seres humanos; por tanto, es la esencia de la vida, en el Espíritu se encuentra la consciencia, la voluntad, la moral, las emociones, los sentimientos, la inteligencia y los recuerdos; las ECM son visitas espirituales a los mundos existentes en el plano espiritual según la categoría de los mundos habitados en el universo y según el grado de desarrollo de consciencia espiritual evolutiva que tenga cada persona que vive una ECM.

En el momento en que el Espíritu de la persona que vivió una ECM retorna a su cuerpo físico, el Espíritu quiere estar y permanecer en el mundo espiritual que visitó; también es posible que sienta pena o arrepentimiento por tener que dejar el mundo espiritual para regresar a su cuerpo físico. Después de vivir una ECM y de retornar el Espíritu al cuerpo físico, las personas tienen consciencia y voluntad para compartir su vivencia

con las demás personas, y en muchos casos sienten temor de que ninguna persona les crea lo que tienen para contar, y son renuentes a hacerlo porque se las considera personas con pérdida del juicio, y para sus adentros sí saben del valor real de su vivencia. La mayoría de las personas que vivieron una ECM tienen una notable postura ante la vida, con un mejor significado y un gran sentido existencial, y contemplan la muerte como la separación temporal del Espíritu del cuerpo físico para seguir viviendo en el plano espiritual y reencarnar en nuevos cuerpos físicos en próximas existencias en este mundo terrenal o en otro mundo, de acuerdo con su desarrollo moral y la categoría de los mundos habitados. Todos los casos de ECM mencionados aquí suceden porque son vivencias espirituales vividas para que la humanidad de este planeta evalúe su consciencia y su voluntad, y haga el bien siempre para evolucionar en los aspectos más importantes de la vida, los cuales son moral y espiritual.

En estado de coma el alma (Espíritu encarnado) de la persona sale del cuerpo físico desde la glándula pineal del cerebro por el denominado cordón plateado, que es un vórtice de energía cuántica mediante el cual el Espíritu puede moverse entre los planos físico y espiritual.

Figura 5.1



Tomada de <https://WWW.Freepik.com/>.
(Licencia Creative Commons Atribución Compartir Igual 3.0.)

5.1 Mi caso

En virtud del beneficio que puede aportar a la comunidad científica en particular y a la humanidad en general, y en uso de mis plenas facultades mentales, como persona adulta y ciudadano de este bello y maravilloso planeta, relato con nombres propios

unos episodios que me ocurrieron en mi natal Pitalito y en Neiva, la capital del departamento de Huila (Colombia), cuando yo estaba en el comienzo de mi pubescencia.

5.1.1 Pitalito, julio 13 de 2003

El 13 de julio de 2003, pocas semanas después de cumplir 13 años, fue un día de “fin de semana” en que mi vida cambió. Ese domingo, alrededor de las 4:15 p. m., caminaba en compañía de mi hermano Hermes, mi cuñada, Mary, y mi sobrino Steven por una avenida del municipio de Pitalito, la ciudad intermedia más próspera del valle de Laboyos, en Huila (Colombia). Íbamos a visitar a una tía, cuando de manera intempestiva un automóvil nos atropelló, y en ese evento mi sobrino resultó ileso. Tras el impacto, mi hermano y mi cuñada cayeron en diferentes lugares de la avenida, mi hermano cayó a tres metros de distancia, mi cuñada cayó a seis metros, y yo caí cerca de una alcantarilla muy cerca de la avenida, a doce metros del lugar donde nos encontrábamos antes de que el automóvil nos atropellara.

Al caer al suelo tras el nefasto impacto, mi hermano se levantó y lo persiguió, pero el automóvil escapó. Entonces mi hermano corrió a auxiliar a mi cuñada, pues consideró que a quien debía ayudar era a ella porque él vio que yo estaba sentado cerca de la alcantarilla con mi mano derecha sobre la cabeza, abatido por un insoportable y fuerte dolor de cabeza; nada sabía él que cuando caí al suelo mi cabeza se había estrellado contra una roca grande que estaba en el sitio donde caí.

–*¿Estás bien?* –me preguntó mi hermano.

–*Tengo un fuerte dolor de cabeza* –le respondí–. *¡Es insoportable!*

–*Wilson, ¡vete para la casa* –me animó mi hermano– *y tómate un analgésico para ese fuerte dolor de cabeza!*

–*¡Hermes, llévame al hospital!* –le dije con voz entrecortada y quejumbrosa y con un sabor amargo en la lengua– *¡Siento que voy a desmayarme! ¡Este dolor de cabeza es insoportable!*

Nada sabía yo acerca de lo que había ocurrido con nosotros en cuanto a nuestra integridad física, pero sí sabía que debíamos recibir atención médica urgente, porque vi que mi cuñada tenía una pierna fracturada, y por el intenso y fuerte dolor de cabeza que yo tenía.

Mi hermano estaba muy angustiado, pero, por fortuna, por la avenida transitaba en su bicicleta un vecino del barrio Libertador, que queda muy cerca del sitio donde había ocurrido este accidente de tránsito, quien con prontitud y espíritu solidario fue a buscar un taxi para que nos llevara al hospital.

En efecto, minutos más tarde llegamos a la unidad de urgencias del Hospital Departamental San Antonio, de Pitalito, Huila. Tan pronto llegamos, las enfermeras auxiliaron de inmediato a mi cuñada porque ella gritaba mucho y lloraba por el fuerte dolor que tenía en su pierna fracturada. Yo bajé del taxi y me desmayé; años después

supe que me atendió un médico pediatra, quien decidió que debía enviarme a la ciudad de Neiva, a 180 kilómetros al nordeste de la ciudad, distancia que implica de tres a cuatro horas en ambulancia por una carretera en buen estado y con topografía de “columpios” moderados.

Mi mamá me contó años después que ella me acompañó en la ambulancia, que yo estaba inconsciente y entubado, que la ambulancia entró al Hospital Departamental San Vicente de Paúl, de Garzón, una ciudad intermedia en el trayecto a Neiva, y los médicos que valoraron mi salud le dijeron que mi estado era muy crítico y de pronóstico reservado, que quizá muy difícilmente sobreviviría porque mi cráneo estaba fracturado, mi cerebro muy golpeado y con lesiones muy severas, que debían llevarme de urgencia a la unidad de neurología del Hospital Universitario Hernando Moncaleano Perdomo, de Neiva, si lograban llegar conmigo vivo, para que me estabilizaran, restablecieran mis signos vitales y yo pudiera continuar con vida.

5.1.2 Neiva, julio 13 de 2003

Estuve internado en el Hospital Universitario Hernando Moncaleano Perdomo durante casi dos meses y medio. Yo había caído en estado de coma y en estado vegetativo, pues mi cerebro quedó parcialmente destruido por los golpes y las lesiones graves que tenía en mi cabeza. Pero Dios sabe lo que hace con cada una de sus criaturas humanas. En estado de delirio tuve un encuentro espiritual. En ese estado yo me encontraba flotando en el aire, vestido con una túnica blanca y con los pies descalzos. Estaba en una habitación grande, y esa habitación era como un callejón sin salida. Estaba totalmente oscura, y tenía cincuenta puertas de madera de color marrón: veinticinco puertas a la derecha y veinticinco puertas a la izquierda, y cada puerta tenía un pomo de plata. En ese estado de inconsciencia, yo quería saber lo que había detrás de cada puerta. Entonces decidí abrir todas las puertas, una tras otra, y cada vez que abría una puerta preguntaba:

–¿Quién está ahí?

Después de abrir la primera puerta, abrí las otras sucesivamente; entonces un rayo de luz atravesó cada puerta, y una gran voz muy aguda respondió:

–Nadie.

Luego la habitación grande cambió de una oscuridad total a una luz resplandeciente. Yo me preguntaba:

–¿Qué lugar es este? ¿Por qué estoy en este lugar? ¿Qué debo hacer en este lugar? ¿Cuándo debo irme de aquí? ¿Quién estaba esperándome en este lugar?

Así que tomé la decisión de cruzar el umbral o pared imaginaria delante de mí, y me encontré en un bosque grande y hermoso. En un claro de esa bella floresta destacaba un pequeño sector cubierto de césped denso y verde espectral, y allí había una mesa grande de madera cubierta con un mantel blanco, y sobre la mesa había mucha

comida de todo tipo que estaba servida en loza blanca. También había muchas copas blancas con vino. Había además dos grandes bancos de madera al lado de la mesa, uno al lado derecho y el otro al lado izquierdo, pero al ver tanta comida ninguna hambre sentía. En aquella gran arboleda encontré un camino muy largo de hierba alta y seca, y caminé por él. Luego de caminar tanto por ese camino y llegar hasta el final, encontré una vasta llanura donde fulguraba un sol rojo y grande; también caminé por ese enorme terreno llano.

Al final de la extensa planicie un gran mar de color azul agitaba sus espumosas olas, y yo caminaba sobre ese extenso mar. Sentía miedo cuando caminaba sobre él, porque pensaba que podría irme a pique y ahogarme, y que nunca más saldría de ese gran mar, pero lo crucé a pesar de mis temores.

Después en mi exploración descubrí una gran montaña de hielo, un nevado, que en las imponentes montañas de la cordillera de los Andes de Colombia son casi sesenta, todos ellos de incomparable belleza natural de paisajes de nieve precedidos de páramos, fuente de agua de todo el país. Entre todos ellos se destaca la Sierra Nevada de Santa Marta, la montaña costera más alta del mundo, con 5.775 metros sobre el nivel del mar (m s. n. m.), en la costa del mar Caribe, y cuyos territorios son lugares sagrados para los pueblos indígenas que habitan ese macizo montañoso, arhuacos, kankuamos, koguis y wiwas; también se destaca la Sierra Nevada del Cocuy, la de mayor longitud (dos subcordilleras paralelas de 30 km de longitud orientadas de sur a norte) y con 5.330 m s. n. m. y a casi 500 kilómetros del Caribe.

Al llegar allí, la buena temperatura de mi cuerpo me protegía del frío, y entré en esa gran montaña de nieve y hielo, unas veces volando y otras veces caminando. Al dejar atrás aquella gran montaña de nieve y hielo entré en un espacio de reverberación del aire caliente sobre la arena de un gran desierto, mucho más grande que el desierto de La Guajira y con temperaturas más altas, con menos condiciones de humedad, con menos presencia de flora y fauna, con el cielo despejado durante el día y repleto de estrellas durante la noche. Tras una breve contemplación oteando por doquier el tórrido paisaje, avancé hacia ese lugar.

De repente apareció en ese lugar un hermano de mi papá que había fallecido cinco años antes de haber ocurrido el infausto accidente de tránsito. Mi tío fue una persona con capacidades especiales, que en el lenguaje popular y en el ámbito de los medios de comunicación suelen llamar “discapacitada”, pero en el entorno de las entidades oficiales denominan “persona en condiciones de discapacidad”. Cuando él apareció flotando en el aire, llevaba puesta una túnica blanca y tenía los pies descalzos, y me llamó por señas. Yo quería ir adonde él estaba, pero apareció un señor desconocido, descalzo y vestido con una túnica blanca, y me dijo:

–Te regalo la vida. Sé servidor de Dios, y en tu vida nunca te faltará nada en esta vida y en la otra.

Cuando abrí un poco los ojos, ciertamente podía respirar por mí mismo. Los médicos autorizaron mi salida.

5.1.3 Pitalito, septiembre 25 de 2003

Mi madre decidió llevarme a casa para que yo pudiera pasar allí tiempo con mi familia, porque estaba muy enfermo: yo me encontraba en estado vegetativo. Sin poder comer, perdía peso de manera progresiva. El tiempo pasaba de modo inexorable, y yo seguía sin mejoría alguna. Hasta aquí, al parecer, había solo situaciones de angustia, dolor y lamentos, sin esperanzas a la vista, pero de entre ellas surgían episodios buenos, que fortalecían mi moral y enaltecían mi espíritu, pues, además del encuentro espiritual en la ECM cuando estuve en coma, casi todos los días me visitaban familiares y vecinos, y amigos de la familia, y docentes y estudiantes del Colegio Jerónimo España, institución donde yo estudiaba.

Mi familia se sentía muy angustiada, pues duró casi un año conmigo en esa situación.

5.1.4 Pitalito, junio 14 de 2004

Amanece en el valle de Laboyos, la aurora se desvanece y una temperatura agradable inunda el ambiente. Esta mañana, once meses después del infausto accidente, una de mis tías llegó a la casa.

–¿Cómo ves a Wilson? –le preguntó a mi mamá.

–Lo veo igual –le respondió mi madre–. *Él nada mejora.*

–Wilson camina hoy –dijo mi tía Luz Nelly–. *Estoy segura.*

–¿Por qué dices eso? –le pregunto mamá.

–*Esta tarde hay misa de sanación.*

Ese día mi mamá, mi papá, mi tía y el esposo de mi tía me llevaron a misa. En la misa había personas que yo reconocía. Cuando llegó el momento de la oración, quienes yo reconocía y quienes me llevaron a la misa se arrodillaron y oraron por mí. Yo estaba casi recostado en una silla y quise levantarme y pude hacerlo: di unos pasos por mí mismo y caí al suelo. Algunas semanas más tarde empecé a hablar y a caminar. Sigo haciendo todo por mí mismo. Hoy tengo muy buena salud. Actualmente soy licenciado en Inglés como Lengua Extranjera, también soy especialista en Pedagogía para el Desarrollo del Aprendizaje Autónomo, egresado de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD) de Colombia, y trabajo como tutor de la Escuela de Ciencias de la Educación (ECEDU) en el CCAV Pitalito, de la UNAD, y estoy lleno de entusiasmo y vitalidad porque cada día mejoro más y más. Sea la voluntad de Dios Todopoderoso.

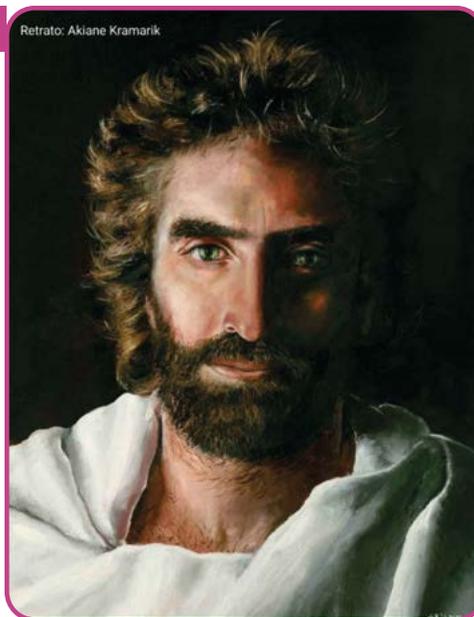
5.1.5 El Príncipe de la Paz

Otro aspecto de mi ECM consiste en que vi a un personaje místico que ninguna relación guardaba con mis familiares, ni con mis amistades, ni con mis estudios, ni con mi experiencia de vida hasta ese momento; tampoco comprendía la razón de

su existencia en ese encuentro espiritual. Con el paso de los años, tras mi paulatina convalecencia y mi cualificación universitaria, al reunir elementos tangibles e intangibles en la elaboración de este proyecto académico y científico hallé un retrato de ese personaje místico en encuentros espirituales de otras personas.

He aquí cómo fue ese hallazgo. Akiane Kramarik y Colton Burpo (mayo 19, 1999-) vivían en ciudades diferentes de los Estados Unidos de América, y sin conocerse estos dos jóvenes aseguran que ese retrato, *El Príncipe de la Paz* (figura 5.2), es el verdadero rostro de Jesús de Nazaret. El 5 de marzo de 2003 el niño Colton Burpo, de 4 años de edad, fue objeto de una cirugía de urgencia por apendicitis aguda, y cuatro meses después de la cirugía de emergencia comenzó a describir acontecimientos, lugares y personas que era imposible que conociera, les contó a sus padres que había visto cómo lo operaban, también lo que hacían sus padres en otros sectores del hospital mientras él estaba en cirugía, que había compartido con una hermanita que nunca conoció (su madre tuvo un aborto espontáneo en 1998 y nadie le había comentado ese suceso a él), que había conocido a uno de sus bisabuelos que había muerto 24 años antes de que el niño Colton naciera; también les contó que había estado con Jesús. Con el paso de los años los padres del niño, Todd y Sonja Burpo, recogieron el increíble relato de su hijo y, con las ilustraciones de Lynn Vincent bajo la dirección del niño, plasmaron este conjunto de experiencias en el libro *Heaven Is for Real: A Little Boy's Astounding Story of his Trip to Heaven and Back* (título en castellano: *El cielo es real*, Editorial Zenith, España).

Figura 5.2. Retrato *El Príncipe de la Paz*, de Akiane Kramarik.



<https://NucleoNoticias.com/2021/05/10/akiane-y-colton-los-jovenes-que-aseguran-haber-visto-a-jesus-retrato/>
(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

5.2 Plan prenatal

La existencia del universo y todo lo que existe en él se establece por medio de la voluntad de Dios Todopoderoso y de las leyes naturales, que rigen todo el universo, y estas leyes son las reguladoras para que exista la planificación de la vida en todo el universo. Una de estas leyes más sobresalientes es la ley de correspondencia: como es arriba es abajo, como es adentro es afuera; las milenarias filosofías de Egipto y Persia han considerado que este principio se manifiesta en los tres planos: el físico, el mental y el espiritual; es decir, significa que todo y todos los planos de existencia están conectados y en correspondencia. El macrocosmos se encuentra en el microcosmos, y viceversa: las galaxias, los sistemas solares y todo lo que existe en el universo y la vida en este planeta reflejan lo mismo, y la clave de este enigma es el ser humano, el microcosmos y agente divino que reúne en sí todos los elementos y todas las fuerzas de la naturaleza (Tres Iniciados, 1908).

Toda la humanidad en este planeta solo tiene ciertos momentos inolvidables de felicidad porque la felicidad completa como tal es inexistente en este planeta de prueba y expiación; por tanto, los logros más relevantes y las metas más significativas que cada cual tenga y pueda alcanzar durante esta existencia ya vienen programados en el plan prenatal. También todos los seres humanos nos frustramos, sentimos angustia y reclamamos a la vida por los sufrimientos que tengamos durante toda esta vida o existencia, y llegamos a pensar y creer que todo aquello que podemos vivir y experimentar en la vida carece de sentido y significado real para nuestra existencia. Nosotros mismos hemos planeado con cuidado antes de nacer las pruebas más dolorosas y más difíciles de la vida para nuestra evolución espiritual, pero sin detallar ni especificar los pormenores de estas experiencias.

Podría ser que los seres humanos hayamos elegido las circunstancias y los sucesos más significativos y más representativos de esta existencia antes de venir a este plano físico. El autor Robert Schwartz, en su libro *El plan de tu alma* (edición en inglés: *Your Soul's Plan: Discovering the Real Meaning of the Life You Planned before You Were Born*), da a conocer los casos reales de diez personas que, al igual que todos los seres humanos, planearon antes de nacer los acontecimientos más importantes de sus vidas. Con el trabajo de cuatro médiums desarrollados con un crecimiento espiritual elevado, en su libro nos revela cuáles son los planes prenatales que estas personas eligieron antes de nacer para sus vidas en este plano físico y por qué; desde luego, estas vivencias reales de vida nos dan a cada cual la claridad de cómo evaluar de modo consciente la manera en la cual estamos viviendo nuestras vidas en esta existencia. Aunque nuestras vidas ya estén predeterminadas de cómo serán en realidad, tenemos la capacidad de elegir y discernir cuál decisión tomar por medio de nuestro libre albedrío y de acuerdo con nuestra vibración, porque somos energía, y todo lo que existe es energía. Vibración en la física cuántica significa que todo es energía; por tanto, somos seres vibracionales, cada vibración equivale a un sentimiento, y en el mundo vibracional existen solo dos especies de vibraciones: la positiva y la negativa.

La vibración positiva atrae sucesos buenos para la vida, y la vibración negativa atrae sucesos poco buenos o nada buenos para la vida. Entonces, dime cómo vibras y te diré cómo vives (*ibidem*).

Figura 5.2. ¿Cómo descubrir quién fuiste en tu vida pasada? Cinco señales de que has reencarnado.

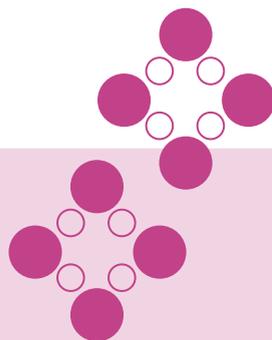


<https://HeraldodeMexico.com.mx/tendencias/2022/2/15/como-descubrir-quien-fuiste-en-tu-vida-pasada-senales-de-que-has-reencarnado-379008.html>

(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

Por naturaleza propia el ser humano es consciencia divina, creadora y eterna, que antes de nacer planifica las metas y los desafíos que va a experimentar para el propio crecimiento y aprendizaje espiritual durante la vida en este plano físico llamado planeta Tierra. De acuerdo con la ciencia, la filosofía y la moral espíritas, en este planeta cada cual planea antes de nacer todos los sucesos más relevantes de su vida, como quiénes serán sus padres y demás familiares, quiénes serán sus parejas, quienes serán sus amigos, en qué país nacer, dónde estudiar, qué estudiar, dónde trabajar, dónde vivir, ... y dónde fallecer, pero sin los pormenores de circunstancias y fechas. Es de resaltar que todos los procesos de vida son diferentes para cada cual, por ello el Espíritu de cada persona elige un plan prenatal distinto para su evolución moral y espiritual en esta existencia y en las existencias siguientes en este planeta de prueba y expiación que está en transición a planeta de regeneración, o para vivirlas en otro planeta similar a este.

Los desafíos y retos que puede planear un Espíritu antes de nacer en este plano físico pueden ser las enfermedades de tipo espiritual, y estas se desarrollan plenamente en esta existencia o en las existencias siguientes si el individuo quebranta las leyes espirituales que rigen el universo. Entre estas enfermedades están las siguientes: cáncer, síndrome de inmunodeficiencia adquirida (sida), diabetes, sordoceguera de nacimiento, demencia senil, epilepsia, síndrome de Alzheimer, síndrome de Parkinson, también todas las enfermedades huérfanas, incluso los nacimientos de personas sin extremidades y los nacimientos de personas siamesas. Todas estas enfermedades y muchas otras son para vivirlas en el planeta Tierra o en otro planeta de condición similar; incluso algunos Espíritus, antes de venir a este plano físico, eligen tener una ECM para que sea ruta de evolución moral y espiritual tanto de la persona que vive la ECM como de toda la humanidad, porque mientras se escriben las páginas de este libro millares de personas están teniendo una ECM en millones de planetas como este, porque esas personas antes de nacer eligieron su ECM en su plan prenatal para reflexión de ellos y de toda la humanidad.



Toda la humanidad en este planeta solo tiene ciertos momentos inolvidables de felicidad porque la felicidad completa como tal es inexistente en este planeta de prueba y expiación; por tanto, los logros más relevantes y las metas más significativas que cada cual tenga y pueda alcanzar durante esta existencia ya vienen programados en el plan prenatal.

EL SER HUMANO INTEGRAL

Wilson Meneses Sánchez, Esp.

6.1 Somos Espíritus encarnados

El ser humano tiene una doble naturaleza, por el cuerpo físico participa de la naturaleza animal, y por el alma (Espíritu encarnado) participa de la naturaleza espiritual. Todos los habitantes de este planeta somos Espíritus encarnados viviendo experiencias humanas ocasionales en múltiples existencias y en múltiples planos físicos, y llegada la hora de la desencarnación, es decir, la muerte del cuerpo físico, volvemos de manera temporal al plano espiritual, del cual nos habíamos ausentado solo de modo parcial para cumplir con el plan prenatal que cada cual acordó en el plano espiritual para esta existencia terrenal. En ciertos momentos durante la vida física, como en el sueño o en desdoblamientos astrales y las experiencias cercanas a la muerte (ECM) vividas en estado de coma, nos liberamos parcialmente de la influencia de la materia, y así podríamos decir que en cierta forma “fallecemos” mientras dormimos, y en general durante el sueño nuestro cerebro físico registra pocas veces estos desdoblamientos, y los sueños son más bien raros, confusos y sin sentido, pero de modo excepcional algunas personas tienen de ellos un recuerdo más vivo, más nítido, más preciso, y esto constituye en sí mismo un tipo de mediumnidad. Esto explica toda esa suerte de sueños proféticos y premoniciones que se han dado en todas las épocas; otros tipos de experiencias como estas son los desdoblamientos conscientes, más conocidos como viajes astrales, y más aún las ECM, los cuales evidencian que la consciencia va más allá de la vida del cuerpo y que tanto la inteligencia como la personalidad siguen existiendo a pesar de la ausencia definitiva del cuerpo físico y, por tanto, en ningún momento son fruto de interconexiones neuronales o de la materia gris que contenga el cerebro físico, las cuales son apenas su medio de expresión, de tal manera el cerebro es tan solo un receptor del Espíritu.

Los Espíritus son las almas desencarnadas de los seres humanos, los Espíritus están compuestos de ectoplasma, y por lo general son muy poco detectables por los sentidos de los seres humanos, y a veces se perciben con cámaras especiales

de fotografía y video. Los Espíritus son creación de Dios Todopoderoso y se hallan sometidos a Su voluntad, y nadie sabe cómo nos creó ni cuándo, por ello se considera que Dios Todopoderoso crea Espíritus siempre. Los Espíritus son los seres inteligentes de toda la Creación, y están en todas partes, en la vastedad de todo el universo, el espacio se encuentra poblado por ellos hasta el infinito, algunos están de modo incesante a nuestro lado, nos observan y actúan sobre nosotros sin que lo sepamos, pues son uno de los poderes de la naturaleza, y son los instrumentos de los cuales Dios Todopoderoso se sirve para el cumplimiento de sus designios providenciales, los Espíritus más desarrollados van a todas partes, y existen regiones del universo vetadas a los Espíritus menos adelantados.

Los Espíritus son como una llama, un resplandor o una chispa etérea, chispa o llama que varía entre lo oscuro y el brillo del rubí, según el Espíritu sea más o menos elevado; se constituyen de una sustancia tan sutil que les permite volar según su grado de desarrollo y de progreso moral y espiritual; la materia ningún obstáculo presenta para los Espíritus, pues ellos lo penetran todo: el aire, la tierra, las aguas, incluso el fuego; el Espíritu propiamente dicho puede actuar directamente sobre la materia más grosera, sobre un objeto físico, para ello necesita un intermediario, el cual es un elemento llamado periespíritu, mediante el cual actúa con una fuerza electromagnética sobre el objeto físico.

6.2 Periespíritu

El periespíritu es una sustancia vaporosa compuesta por el fluido universal de cada planeta, la cual es diferente en todos los mundos; al pasar de un mundo a otro, el Espíritu cambia de estructura como nosotros cambiamos de ropa, y cuando los Espíritus que habitan en mundos superiores vienen al nuestro, toman un periespíritu más denso; la envoltura semimaterial del Espíritu normalmente presenta la forma que tiene el cuerpo físico en el planeta que habita o toma los mismos rasgos de la ropa que vestía, también puede tomar la forma que le agrada al Espíritu (De Arganda del Rey, 2021). Así se nos aparecen los Espíritus a veces: ya sea en sueños o en vigilia o en una ECM, adoptando una forma visible e incluso palpable.

El Espíritu es el principio vital inteligente y energía divina, por tanto, es la esencia de nuestra vida, en el Espíritu se encuentra la consciencia, la voluntad, la moral, las emociones, los sentimientos, la inteligencia y los recuerdos; pues bien, el periespíritu es una sustancia semimaterial que recubre al Espíritu y en él están grabadas todas las actuaciones que el ser humano ha realizado durante su existencia en todas sus encarnaciones que ha tenido en los diferentes mundos que ha habitado.

Nuestro cuerpo físico se forma molécula a molécula a partir del periespíritu, de modo que el cuerpo físico de un Espíritu encarnado, es decir, el cuerpo físico de una persona, es una copia exacta del periespíritu; en el periespíritu residen también las posibles enfermedades que tendríamos en una vida encarnada como seres humanos, debido a que en el periespíritu quedan grabadas todas nuestras

actuaciones y las enfermedades, y de manera progresiva se amplía cada vez más el consenso al respecto en la consciencia y en la literatura, aunque la ciencia académica y “ortodoxa” de Occidente crea que las enfermedades son consecuencia de la acción de microorganismos y de nuestros malos hábitos en la vida terrenal. Son consecuencia de nuestros malos actos, cuando venimos del mundo espiritual, o sea, cuando el Espíritu desencarna o fallece y después encarna en un nuevo cuerpo físico, ya vienen grabadas en el periespíritu de la nueva encarnación como ser humano todas aquellas circunstancias por las cuales tiene que pasar en la vida terrenal.

Además, todas las enfermedades de tipo espiritual debe vivirlas el individuo durante esta existencia o en las existencias siguientes, en este mundo o en otros planetas, pues así están grabadas en el periespíritu; y se desarrollan parcialmente o, si el individuo vive su existencia con actos de bondad, caridad y amor por sus semejantes, nunca se desarrollan, porque cada vez que la Justicia Suprema nos busca por nuestras deudas, si nos encuentra trabajando para el beneficio de los demás, ordena que se suspenda indefinidamente. Las enfermedades de tipo espiritual se desarrollan plenamente en esta existencia o en las existencias siguientes si el individuo quebranta las leyes espirituales que rigen el universo. Como se mencionó en un capítulo anterior, entre estas enfermedades están las siguientes: cáncer, síndrome de inmunodeficiencia adquirida (sida), síndrome de Alzheimer, síndrome de Parkinson, diabetes, sordoceguera de nacimiento, demencia senil, epilepsia, también todas las enfermedades huérfanas, incluso los nacimientos de personas sin extremidades y los nacimientos de personas siamesas. Todas estas enfermedades y muchas otras son para vivirlas en la Tierra, planeta de prueba y expiación que está en transición hacia un planeta de regeneración, o para vivirlas en otro planeta de condiciones similares.

6.3 Reencarnación

La reencarnación es una creencia que ha existido en la humanidad desde hace muchos milenios, ha existido siempre la creencia de que la parte inmaterial del ser humano, es decir, su Espíritu, pasa de un cuerpo físico a otro nuevo en virtud de la reencarnación.

Se estima que el concepto de la reencarnación se originó en India aproximadamente en el siglo VII a. C. En ese entonces las personas estaban muy enfocadas en realizar actividades agrícolas, por tal razón se relacionaban con la naturaleza, era imposible que dejaran de contemplar sus diferentes ciclos repetitivos, de la misma manera veían que los ciclos se cumplían, se iban y se repetían. Esas personas tenían la certeza de que la vida está repleta de ciclos que se repiten siempre, y así se concibe la idea de los seres humanos y del resto de la naturaleza: al fallecer debían regresar de algún modo a este mundo terrenal. También se fijaron en que el cuerpo físico de una persona se descompone al fallecer, y llegaron a la conclusión de la existencia de un Espíritu que anima y le da vida a ese cuerpo físico, y que regresa de nuevo a un cuerpo físico para continuar viviendo en vidas corporales.

En el siglo V a. C. surge el budismo como creencia, y este adopta la creencia de la reencarnación. Luego esta creencia se expande al Tíbet, China, Japón, Grecia, Roma, y logra su adopción por las diversas religiones que iban apareciendo.

La reencarnación tiene relación con la ley de causa y efecto, y las leyes naturales que rigen en todo el universo son eternas, y su objetivo consiste en que todos los Espíritus y todos los mundos evolucionen en los aspectos moral y espiritual, y el karma es el resultado de la violación de las leyes naturales. Todos los pensamientos, todas las palabras dichas y todas las acciones e intenciones de las personas con consciencia y voluntad, incluso sin estas, tienen reacciones que generan energía que viene del universo y que regresan a cada cual, y se transmuta en las vivencias buenas y malas que pueden tener cada persona o todas las personas, por separado cada persona o de manera colectiva, en sus diferentes reencarnaciones en este mundo terrenal o en mundos similares.

Sin duda alguna, el karma es un aprendizaje espiritual, y su objetivo es guiar la formación de los Espíritus encarnados y Espíritus desencarnados. El karma se relaciona con todas las leyes naturales que rigen el universo, estas leyes siempre operan en las vidas de los Espíritus encarnados y de los Espíritus desencarnados, aunque haya personas que no crean en ello; si estas leyes espirituales se quebrantan, las personas implicadas adquieren deudas espirituales; en cambio, si las personas tienen siempre pensamientos, palabras y acciones llenos de amor, paz, caridad y bondad, reciben recompensas (dharma) por su conciencia y voluntad para hacer siempre el bien en todas sus encarnaciones en este mundo terrenal o en mundos similares.

Si el comportamiento que tuvo una persona en existencias anteriores o en vidas pasadas fue bueno, entonces en sus próximas existencias o vidas futuras el Espíritu, al dejar el cuerpo físico, transmigrará a un mundo espiritual más evolucionado que este mundo terrenal, para encarnar en un nuevo cuerpo físico y tener una mejor existencia como hombre o mujer. Y es de aclarar que el Espíritu escoge ser hombre o mujer.

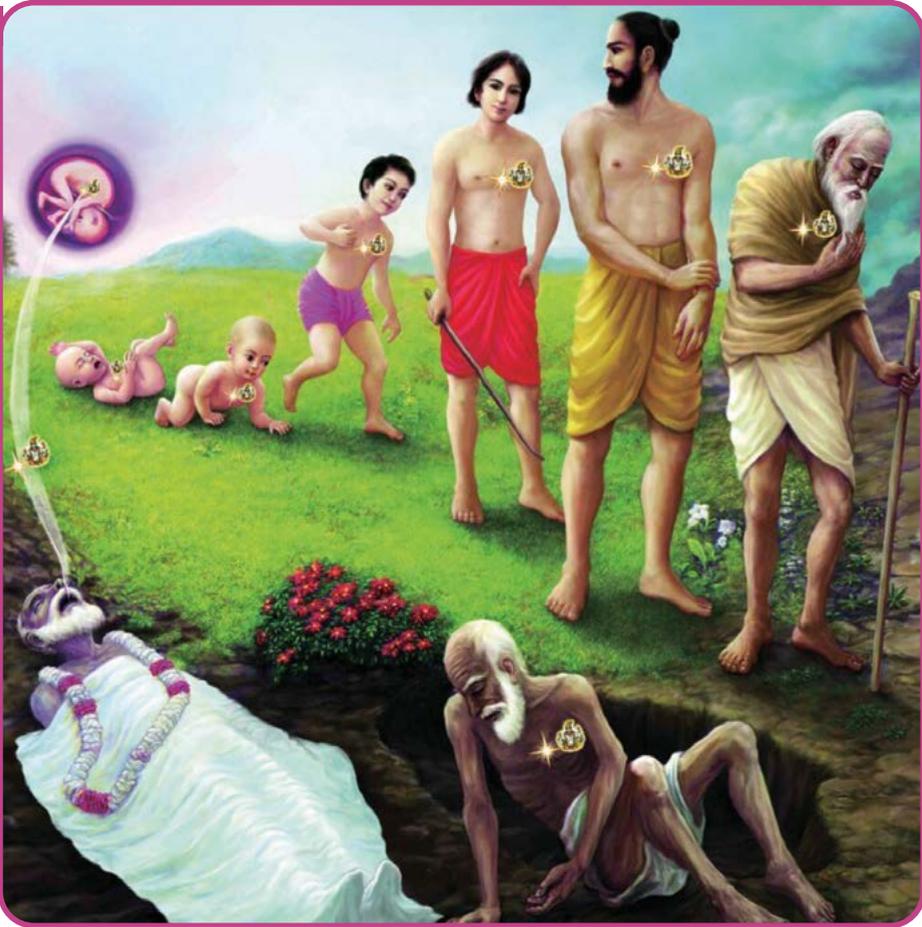
Al contrario, si el karma es malo, entonces el Espíritu encarnará en un nuevo cuerpo físico para pagar parte de las deudas espirituales que ha acumulado en existencias anteriores; esta es una de las explicaciones espirituales reales del porqué existen guerras, maldad, enfermedades, desigualdad, y miseria espiritual y material en este mundo terrenal.

Para una mejor y mayor comprensión de esta realidad espiritual, he aquí diferentes casos de la vida a medida que los Espíritus pasan por la reencarnación en diferentes cuerpos físicos para seguir viviendo, entender y aprender lecciones que forjan la vida espiritual; pueden ser capaces de evolucionar hasta llegar a ser un Espíritu de luz, de gran pureza espiritual, y en ese momento ya será innecesaria una reencarnación más, el Espíritu será capaz de adentrarse en la eternidad; por tal razón los Espíritus son eternos, y lo que siempre fallece es el cuerpo físico en las diferentes existencias.

De otro modo, el dharma es la ley de justicia divina, es la ley de dar y recibir, también es el conjunto de las recompensas que reciben las personas por estar en armonía

con las leyes del universo de manera consciente y voluntaria. Con absoluta certeza la reencarnación es un círculo virtuoso en el cual los Espíritus pagan sus culpas para redimirse o simplemente purificarse para poder llegar a ser un ser de luz.

Figura 6.1. El ciclo de la vida: encarnación–reencarnación.



<https://SantoCielos.com/c-espiritualidad/la-reencarnacion/>
(Licencia Creative Commons. Atribución: Compartir Igual 3.0.)

Ian Stevenson (1918-2007), bioquímico canadiense, doctor en medicina y profesor universitario de psiquiatría, dedicó algo más de cuarenta años de su vida al estudio de la reencarnación, a partir de la edad de 40 años estudió algo más de 3.000 casos de personas que decían recordar vidas pasadas, por lo cual él estaba convencido de la existencia de la reencarnación, la consideraba como la supervivencia de la personalidad después de la muerte, y describió sus análisis acerca de este tema en varios libros, entre ellos los siguientes:

- *Veinte casos que hacen pensar en la reencarnación (Twenty Cases Suggestive of Reincarnation)* (1974).
- *Niños que recuerdan vidas pasadas (Children who Remember Previous Lives)* (1987).
- *Donde la reencarnación y la biología se cruzan (Where Reincarnation and Biology Intersect)* (1997).
- *Reencarnación y biología (Reincarnation and Biology)* (1997).

Así mismo, Brian Weiss (1944), médico y psiquiatra estadounidense conocido por sus creencias en la reencarnación, en la regresión de vidas pasadas, en la progresión en vidas futuras y en la supervivencia del alma humana después de la muerte, describió sus análisis acerca de este tema en varios libros, entre ellos los siguientes:

- *Lazos de amor. Solo el amor es real (Only Love Is Real: A Story of Soulmates Reunited)* (1997).
- *Muchas vidas, muchos maestros (Many Lives, Many Masters: The True Story of a Prominent Psychiatrist, his Young Patient, and the Past-Life Therapy that Changed both their Lives)* (1988).
- *Meditación. El logro de la paz interior y tranquilidad en su vida (Meditation: Achieving Inner Peace and Tranquility in your Life)* (2002).
- *Espejos del tiempo. La regresión de uso físico, emocional y curación espiritual (Mirrors of Time: Using Regression for Physical, Emotional, and Spiritual Healing)* (2002).
- *Muchos cuerpos, una misma alma (Same Soul, Many Bodies: Discover the Healing Power of Future Lives Through Progression Therapy)* (2005).
- *Los milagros existen. El poder sanador de los recuerdos de vidas anteriores (Miracles Happen: The Transformational Healing Power of Past Life Memories)* (2012).



El karma es un aprendizaje espiritual,
y su objetivo es guiar la formación
de los Espíritus encarnados
y Espíritus desencarnados.

LEYES DEL UNIVERSO

Edgardo Pertuz Molina, editor

Somos Espíritus encarnados viviendo experiencias humanas ocasionales en múltiples existencias y en múltiples planos físicos, en vez de seres humanos viviendo experiencias espirituales ocasionales.

El destino supremo de la humanidad es el horizonte infinito de amor fraterno y de progreso material, moral y espiritual.

7.1 Antecedentes

Desde tiempo inmemorial el ser humano tiene la necesidad de conocer su entorno, explicarlo y predecirlo para poder sobrevivir, y ante los fenómenos que suceden a su alrededor y sin medios para comprenderlos construye respuestas que surgen de su imaginación en vez de surgir del razonamiento, con ellas explica por medio de mitos la realidad circundante y la naturaleza, supone la existencia de seres superiores, muchos de ellos intangibles, que causan lo que sucede en su entorno y los eventos de la naturaleza, y determinan el destino de los seres humanos, todo es obra del poder de sus varios dioses, los cuales de modo irremediable amparan, favorecen y premian o afligen, castigan o desamparan: son los dioses los que gobiernan.

Este es el conocimiento establecido en el mundo primitivo y en la Antigüedad. Tras miles de milenios de desarrollo paulatino del pensamiento enfocado en la solución de sus necesidades materiales básicas, surge más adelante la búsqueda constante de conocer la realidad, ello deviene en la construcción de conocimiento; y a partir del siglo VII a. C. los griegos se plantean dudas acerca de si su conocimiento mitológico es cierto y si su mitología es correcta, se enfocan de manera creciente en sus reflexiones sobre este tema particular: y ello deviene en el nacimiento de la filosofía¹, que siglos después esta será la base de la civilización occidental.

¹ Del griego φιλοσοφία, “amor a la ciencia, afición a la sabiduría; estudio de una ciencia o arte; investigación metódica y conocimiento científico de las cosas” (Vox Editores, 1967).

Por medio de sus contactos y relaciones con otras civilizaciones que tienen otros mitos, los griegos consideran que los mitos griegos son correctos y que los mitos de los otros pueblos son falsos, pero la convivencia con ellos persuade a los griegos a entender sus razonamientos y a plantearse que existe la posibilidad de que tanto los mitos propios como los de las otras civilizaciones puedan ser falsos.

Así, al pasar al razonamiento, las respuestas que tenían a sus inquietudes y preocupaciones pierden vigencia, deben entonces darse otras respuestas a partir de la razón en vez de las que surjan de la imaginación; además, ante la ausencia de una dictadura religiosa en su ordenamiento cultural, político y social, las ideas florecen, se debaten y se fortalecen sin el control, la eliminación, la persecución o la represión por parte de las autoridades religiosas, y ello permite que ese conjunto de ideas se divulgue entre los filósofos; también porque algunos grandes comerciantes enriquecidos y sin necesidad de trabajar dedican el tiempo de ocio a la reflexión y divulgación de ese conjunto de ideas, y ello permite el nacimiento del pensamiento puro.

A partir de estas reflexiones acerca de lo que es el conocimiento, la libertad o la verdad, con el paso de los siglos se estructura un conjunto de postulados concretos que son la base de las diferentes doctrinas filosóficas, y mediante sus diferentes puntos de vista es posible hacer un recorrido histórico por elementos esenciales del ser humano: su pensamiento y su capacidad de conocer la realidad. Y, más importante aún, dar respuestas a profundas inquietudes existenciales. ¿Qué somos? ¿De dónde venimos? ¿Hacia dónde vamos? ¿Para qué estamos en la Tierra? ¿Cuál es el sentido de la vida? ¿Por qué sufrimos? ¿Acaso existe vida solo en la Tierra? ¿Adónde van los Espíritus después de la muerte? ¿Qué es el más allá? ¿Existe vida después de la muerte?

La Real Academia Española (RAE, 2014) precisa los conceptos de “doctrina” y “filosofía” en los términos siguientes:

doctrina

Del latín *doctrīna*.

1. f. Enseñanza que se da para instrucción de alguien.
2. f. Norma científica, paradigma.
3. f. Conjunto de ideas u opiniones filosóficas, políticas, religiosas, etc., sustentadas por una persona o grupo.

filosofía

Del latín *philosophīa*, y este del griego φιλοσοφία, *philosophía*.

1. f. Conjunto de saberes que busca establecer, de manera racional, los principios más generales que organizan y orientan el conocimiento de la realidad, así como el sentido del obrar humano.
2. f. Doctrina filosófica.

En la historia de la humanidad es permanente la construcción de conocimiento, y ello ha dado como resultado la creación de las ciencias y la existencia de muchas escuelas de pensamiento, para satisfacer las necesidades de progreso tangible e intangible y dar respuestas a un conjunto de profundas inquietudes existenciales; y una de las ramas más importantes de las ciencias es la filosofía, pues a partir de ella se fundamentan muchas otras ramas de creencias, de ideas, de estudio, de tendencias, de modos de vida y de organizaciones económicas, políticas y sociales, respaldadas por doctrinas filosóficas; muchas de estas son efímeras, otras tienen poca presencia en el transcurso del tiempo, otras avanzan por las décadas o los siglos ajustándose a las circunstancias hasta desaparecer, unas cuantas se reestructuran para permanecer influyentes un tiempo más, y las más importantes soportan los embates tanto cruentos como incruentos de las fuerzas sociales contrarias: muchas de ellas han logrado configurar algo, poco o mucho el mundo tal cual se conoce hoy.

Muchos filósofos de la Antigüedad clásica aportan su esfuerzo intelectual al desarrollo de la explicación del mundo que los rodea, y una parte de sus reflexiones trascienden y configuran concepciones del mundo actual. Los filósofos que más aportan son los de la Antigua Grecia, conjunto de pueblos de la península de los Balcanes y de las islas y costas del mar Mediterráneo oriental, quienes dejan un legado importante a la humanidad en muchos campos del conocimiento, legado que por lo general se considera como la base cultural de la civilización occidental. Entre estos filósofos se destacan Sócrates, Platón y Aristóteles como los pensadores más importantes de las escuelas filosóficas antiguas, y han mantenido siempre vigencia en el transcurso de la historia. En su esfuerzo por descifrar la realidad estos genios del pensamiento sentaron las bases de las ciencias más importantes que existen aún hoy: la lógica, la física, la ciencia política, las matemáticas, la biología, la gramática, la economía, la ética, la metafísica y la estética. Y Sócrates y Platón son los precursores de la idea cristiana y de la doctrina espírita:

Las grandes ideas jamás irrumpen súbitamente. Las que se basan en la verdad tienen siempre precursores que preparan parcialmente el camino. Después, cuando llega el momento, Dios envía a un hombre con la misión de resumir, coordinar y completar los elementos esparcidos, y formar con ellos un cuerpo de doctrina. De ese modo, sin surgir bruscamente la idea, cuando hace su aparición encuentra Espíritus dispuestos a aceptarla. Así ha sucedido con la idea cristiana, presentida muchos siglos antes de Jesús y los esenios, y cuyos principales precursores fueron Sócrates y Platón.

Sócrates, al igual que Jesús, el Cristo, nada escribió o al menos ningún escrito dejó; al igual que Él, murió como los criminales, víctima del fanatismo, por haber atacado las creencias aceptadas y por haber puesto la virtud real por encima de la hipocresía y del simulacro de las formas; en pocas palabras, porque combatió los prejuicios religiosos. Así como Jesús fue acusado por los fariseos de corromper al pueblo con sus enseñanzas, también Sócrates fue acusado por los fariseos de

su tiempo, pues los ha habido en todas las épocas, de corromper a la juventud, al proclamar el dogma de **la unicidad de Dios**, de **la inmortalidad del alma**, y de **la vida futura**. Del mismo modo que solo conocemos la doctrina de Jesús por los escritos de sus discípulos, solo conocemos la doctrina de Sócrates por los escritos de su discípulo Platón. Creemos de utilidad resumir aquí sus conceptos más importantes, para demostrar su concordancia con los principios del cristianismo (Kardec, 2008, pp. 43-44). (**Énfasis** agregado.)

Y entre las doctrinas filosóficas, la mejor es la que ofrece análisis y claridad mayores y fe razonada:

La fe razonada se apoya en los hechos tanto como en la lógica, y ninguna oscuridad deja en pos de sí. La persona cree porque tiene certeza, y tiene certeza porque ha comprendido. Por eso la fe razonada de ningún modo cede. Solo es inquebrantable la fe que puede mirar a la razón cara a cara en todas las épocas de la humanidad (Kardec, 2008, p. 359).

¿Tendrá la humanidad alguna doctrina filosófica cuya propuesta educativa sea inspirar al ser humano en la conquista de su próximo estado evolutivo, y que base su importancia en anunciar y garantizar a la humanidad el horizonte infinito de amor fraterno y de progreso material, moral y espiritual?

7.2 Doctrina espírita

Hoy sabemos que la interacción de la mente y el cerebro es permanente. Los desarrollos de conocimiento desde la Antigüedad han despejado de manera progresiva dudas anatómicas, orgánicas y funcionales del cuerpo humano, en especial del cerebro, incluso han superado la suposición acerca de que el cerebro es la sede del alma. Más aún a partir de la publicación de *El libro de los Espíritus*, por Allan Kardec, en 1857, el primero de la codificación de su saga literaria, científica, filosófica y moral, seguido por la publicación de su *Revista Espírita*². *Periódico de Estudios Psicológicos* (*Revue Spirite. Journal d'Études Psychologiques*) (la primera de su género en el mundo, y aún vigente), y por las demás obras de la saga, que consolidan entre sí su unidad argumental:

- *Qué es el espiritismo* (1859)
- *El libro de los médiums* (1861)
- *El evangelio según el espiritismo* (1864)
- *El cielo y el infierno* (1865)
- *La génesis* (1868)

² *Revista Espírita. Periódico de Estudios Psicológicos* (*Revue Spirite. Journal d'Études Psychologiques*). Fundada por Allan Kardec en enero de 1858, es el órgano oficial del Consejo Espírita Internacional (CEI), entidad encargada de su continuidad y de ofrecer a los espíritas de todo el mundo un medio de comunicación. www.CEI-SpiritistCouncil.com/revue-spirite-n3/?lang=es

Estas obras salen a la luz pocos años después de la publicación del *Manifiesto del Partido Comunista*, de Karl Marx y Friedrich Engels (1848), y en el mismo año y pocos años antes de la publicación de *El origen de las especies*, de Charles Darwin (1859). Marx y Engels describen la evolución de las sociedades humanas a partir de la lucha de clases y la correlación de fuerzas económicas, militares, políticas y sociales; y Darwin describe la evolución biológica de animales por medio de la selección natural y la lucha por la vida; y ambas obras cuentan con el beneplácito de la Iglesia católica. Las obras codificadas por Kardec describen la evolución de la humanidad a partir de la transformación moral y espiritual del ser humano; la Iglesia católica expresa su rechazo a estas obras por medio de la Santa Inquisición, que decreta la inclusión de ellas en el *Índice de libros prohibidos*³ y envía a Kardec a la cárcel, y el obispo de Barcelona ejecuta la requisición y quema (1861) de 300 libros espíritas, a pesar de haber expedido la Iglesia católica el imprimátur a las obras.

Estos episodios de la Iglesia católica respecto del codificador de la doctrina espírita y su codificación reflejan la enorme barrera que debe superar la construcción de conocimiento en el prodigioso proceso de combatir la ignorancia, más aún ante la presencia de una dictadura religiosa en el ordenamiento cultural, político y social, que impide que las ideas florezcan, se debatan y se fortalezcan, pues el control, la eliminación, la persecución y la represión por parte de las autoridades religiosas impiden que ese conjunto de ideas se divulgue entre los eruditos, estudiosos, filósofos, constructores de conocimiento, artesanos y los individuos más esclarecidos de la población. Peor aún, impiden el progreso de la humanidad. Miles de estos episodios protagonizados de modo deplorable por la Iglesia católica han dejado una triste huella en la historia de la humanidad.

Veamos solo dos casos emblemáticos de atropello a la inteligencia: a Nicolás Copérnico (1473-1543) y a Galileo Galilei (1564-1642).

- Cuando el filósofo, matemático, físico y astrónomo polaco-prusiano Nicolás Copérnico formula la teoría heliocéntrica del sistema solar, en su libro *Sobre las revoluciones de las esferas celestes* (en latín: *De revolutionibus orbium coelestium*) (1543), marca el punto inicial de la astronomía moderna, de la cual se le considera el fundador. La Iglesia católica incluye esta obra en el *Índice de libros prohibidos*, y Copérnico se salva del juicio penal por herejía porque muere poco tiempo después de la publicación de la obra.

En contraste, el modelo heliocéntrico se considera una de las teorías más importantes en la historia de la ciencia.

³ El *Índice de libros prohibidos* (*Index librorum prohibitorum*). Lista de las publicaciones que la Iglesia católica catalogó como heréticas, inmorales o perniciosas para la fe y que los católicos tenían prohibido leer. Establecía también las normas de la Iglesia respecto a la censura de los libros. Lo promulgó el papa Pío IV (1564) y lo suprimió el papa Pablo VI (1966).

- Cuando el filósofo, matemático, ingeniero, físico y astrónomo italiano Galileo Galilei, inventor del telescopio astronómico, publica su libro *Diálogos sobre los dos máximos sistemas del mundo* (en italiano: *Dialogo sopra i due massimi sistemi del mondo Tolemaico, e Copernicano*) (1632), en el cual sostiene que la Tierra y los demás planetas giran alrededor del Sol, esto contradecía la creencia sostenida por la Iglesia católica de que la Tierra era el centro del universo. Al negarse a obedecer las órdenes de la Santa Inquisición, para que dejara de exponer sus teorías y se retractara de ellas, la Iglesia católica incluye esta obra en el *Índice de libros prohibidos*, y el Tribunal del Santo Oficio lo conmina a que se presente en Roma bajo la acusación de “sospecha grave de herejía”. En el juicio penal lo condenan a prisión perpetua (1633), el obispo coadjutor ejecuta la requisición y quema de centenares de ejemplares del libro *Diálogos* y de sus otros libros, y se lee públicamente la sentencia en todas las universidades; tras la abjuración de Galileo, se le conmuta la condena por arresto domiciliario (casa por cárcel).

A Galileo, polímata exponente del Renacimiento, por sus contribuciones científicas relacionadas en forma estrecha con la revolución científica, se lo considera como el padre de la astronomía moderna, el padre de la física moderna y el padre de la ciencia.

El conflicto entre la religión y la ciencia se resuelve con el crecimiento moral de la sociedad, por medio de un cuerpo de doctrina de carácter filosófico, científico y moral que con razón y fe, y con base en la certeza del porvenir, resuelva los vacíos existenciales del ser humano, y ofrezca una transición a un mundo mejor, donde predomine de manera mutua y recíproca el amor a nuestros semejantes y a la naturaleza, el ente que nos sustenta y nos sostiene por la voluntad del Ser Supremo; es decir, cuando la transformación moral y espiritual del ser humano nos conduzca de modo gradual al destino supremo de la humanidad: el horizonte infinito de amor fraterno y de progreso material, moral y espiritual.

Ese cuerpo de doctrina lo presenta el divino maestro Jesús de Nazaret en forma parcial a un pueblo inculto, que asimila muy poco sus enseñanzas, y les promete el consuelo que dará a conocer el verdadero sentido de sus palabras, que los hombres y mujeres más esclarecidos podrán finalmente comprender; y a mitad del siglo XIX, siglo de cierto desarrollo material y de conquistas científicas y tecnológicas, también de lento progreso moral, de sufrimiento y de desesperación, consecuencias del desatino moral de las doctrinas materialistas en un mundo rico en conocimientos y pobre en amor, el divino maestro convoca a un conjunto de Espíritus superiores que en sus encarnaciones como seres humanos eran hombres o mujeres de diferentes países de este bello y maravilloso planeta, y mediante sus manifestaciones de psicografías por medio de Allan Kardec presentan y amplían la **doctrina espírita** o **espiritismo**, el *consolador prometido*:

Para las cosas nuevas se necesitan palabras nuevas. Así lo exige la claridad del lenguaje, a fin de evitar la confusión propia del sentido múltiple de los términos.

Las palabras **espiritual**, **espiritualista** y **espiritualismo** tienen una acepción bien definida; darles una nueva para aplicarlas a la doctrina de los Espíritus sería multiplicar las ya tan numerosas causas de anfibología. En efecto, el espiritualismo es lo opuesto al materialismo. Cualquiera que crea tener en sí algo más que materia es espiritualista, pero no se sigue de ahí que crea en la existencia de los Espíritus o en sus comunicaciones con el mundo visible. Por eso, en lugar de las palabras **espiritual** y **espiritualismo**, empleamos para designar esa última creencia las palabras **espírita** y **espiritismo**, cuya forma recuerda su origen y su sentido radical, y por eso mismo tienen la ventaja de ser perfectamente inteligibles. Reservamos así para la palabra **espiritualismo** la acepción que le es propia. Diremos, pues, que la **doctrina espírita** o el **espiritismo** tiene por principio las relaciones del mundo material con los Espíritus o seres del mundo invisible. Los adeptos del **espiritismo** serán **los espíritas** o, si se prefiere, los **espiritistas** (Kardec, 2008, p. 19).

El **espiritismo** es una doctrina filosófica que tiene consecuencias religiosas como toda filosofía espiritualista, y por ello toca forzosamente las bases fundamentales de todas las religiones: Dios, el alma y la vida futura, pero sin constituir una religión, debido a que carece de culto, de dogmas, de ceremonias, de jerarquías, de ritos, de templos, y a que entre sus adeptos ninguno ha tomado ni recibido título de ninguna índole; tampoco pide diezmos, ni admite fe ciega, quiere que todo se comprenda a la luz de la razón. Se basa en principios independientes de toda cuestión dogmática.

El **espiritismo** se presenta con tres aspectos: el hecho de las manifestaciones, los principios filosóficos y morales que de ellas emanan, y la aplicación de esos principios. De ahí resultan tres grados de adeptos: Primero, el de quienes creen en las manifestaciones y se limitan a comprobarlas; para ellos el espiritismo es una ciencia experimental. Segundo, el de quienes comprenden sus consecuencias morales. Tercero, el de quienes practican o se esfuerzan por practicar esa moral. Sea cual fuere el punto de vista, científico o moral, desde el que se consideren esos fenómenos extraños, todos comprenden que se trata de un nuevo orden de ideas que surge, cuyas consecuencias son una profunda modificación en el estado de la humanidad, comprenden también que dicha modificación solo habrá de suceder en el sentido del bien (Kardec, 2008, p. 567).

Es preciso que cada cosa llegue a su tiempo. La verdad es como la luz: es necesario habituarse a ella de modo gradual, de lo contrario deslumbra. Hoy, más que nunca, los hombres y mujeres necesitan creer, tener certezas, directrices seguras para conquistar la felicidad, la cual se encuentra en la intimidad de su ser.

Se trata de un mundo nuevo que se despliega ante nuestros ojos. Así como la invención del microscopio nos mostró el mundo de lo infinitamente pequeño, mundo que ni siquiera imaginábamos; así como el telescopio nos mostró los millares de mundos, que tampoco imaginábamos, las comunicaciones espíritas nos revelan el mundo invisible que nos rodea, que se relaciona con nosotros

sin cesar, y sin que lo sepamos toma parte en todo lo que hacemos. En poco tiempo más, la existencia de ese mundo que nos espera será tan incontestable como la del mundo microscópico y la de los mundos perdidos en el espacio (Kardec, 2008, p. 571).

7.3 Espíritu y materia

Este bello y maravilloso planeta Tierra hace parte del sistema solar, el sistema planetario en el cual giran directa o indirectamente otros cuerpos celestes y objetos astronómicos en órbitas ligeramente elípticas alrededor del Sol, la única estrella de este sistema. Este sistema solar junto con millones de otras estrellas forma la galaxia Vía Láctea, y la Vía Láctea junto con billones de otras galaxias constituyen el universo observable. El universo comprende la infinitud de mundos y galaxias que vemos y los que no vemos, todos los seres animados y los inanimados, y todos los cuerpos celestes y objetos astronómicos que se mueven en el espacio y los fluidos que llenan ese espacio. El universo es un dinamismo en un *continuum perpetuo*, en evolución permanente; existe desde la noche de los tiempos y existirá hasta la noche de los tiempos.

Dos elementos generales constituyen el universo: el **espíritu** y la **materia** (Kardec, 2008, pp. 82-87). El espíritu es el principio inteligente del universo. La materia es el lazo que sujeta al espíritu; es el instrumento que emplea y sobre el cual ejerce al mismo tiempo su acción; es el agente o medio con la ayuda del cual y sobre el cual actúa el espíritu. Como principio inteligente del universo, y por su característica intangible, es difícil comprender la naturaleza íntima del espíritu. La inteligencia es un atributo esencial del espíritu. Es necesaria la unión del espíritu y la materia para dar inteligencia a la materia. Con el pensamiento podemos concebir el espíritu sin materia y la materia sin espíritu.

La materia está formada de un solo elemento primitivo. Los cuerpos considerados simples son cambios o alteraciones de la materia primitiva. Sus propiedades surgen de las modificaciones que sufren las moléculas elementales por su unión y en ciertas circunstancias. La materia elemental es susceptible de recibir todas las modificaciones y de adquirir todas las propiedades. Todo está en todo. Se admite que la materia tiene tres propiedades esenciales: fuerza, movimiento y la disposición de las moléculas, y sus propiedades son efectos secundarios de la intensidad de la fuerza, la dirección del movimiento y la disposición de las moléculas.

Todas las sustancias (Kardec, 2010a, pp. 115-119), sean conocidas o desconocidas, por más diferentes que parezcan, sea por su constitución íntima, sea por el aspecto de su acción recíproca, son formas diversas en las cuales se presenta la materia, son variedades en las que se transforman bajo la dirección de las innumerables fuerzas que las gobiernan.

A primera vista, nada parece tan profundamente variado, ni tan esencialmente distinto como las diversas sustancias que componen el mundo. Entre los objetos que el arte o la naturaleza nos ponen a diario ante nuestra mirada, ¿habrá dos que revelen una perfecta identidad o, al menos, una paridad de composición? ¿Cuánta diferencia, desde el punto de vista de la solidez, de la compresibilidad, del peso y de las múltiples propiedades de los cuerpos, entre los gases de la atmósfera y una veta de oro, entre la molécula acuosa de la nube y la del mineral que forma la estructura ósea del globo! ¿Cuánta diversidad entre el tejido químico de las diferentes plantas que adornan el reino vegetal y el de los representantes no menos numerosos de la animalidad en la Tierra! (Kardec, 2010a, p. 115.)

Si se observa una diversidad tan grande en la materia es porque son en número ilimitado las fuerzas que presidieron sus transformaciones y las condiciones en las cuales se produjeron, entonces las variadas combinaciones de la materia deben ser ilimitadas. [...] Entonces en todo el universo existe una sola sustancia primitiva: el cosmos o materia cósmica (Kardec, 2010a, p. 117).

A la *materia cósmica* primitiva, el *fluido etéreo* que llena el espacio y penetra los cuerpos, son inherentes las fuerzas que han presidido las metamorfosis de la materia, las leyes inmutables y necesarias que rigen el mundo. [...] Estas fuerzas se conocen en la Tierra como *afinidad, atracción, cohesión, gravedad, electricidad, magnetismo*, y sus movimientos vibratorios se conocen como *luz, calor, sonido*, etc. En otros mundos estos efectos presentan aspectos diferentes, características desconocidas para nosotros. En la inmensa extensión de los cielos, fuerzas en número indefinido se desarrollan en escala inimaginable. [...] Así como existe una sola sustancia simple y primitiva, generadora de todos los cuerpos, pero diversificada en sus combinaciones, de igual modo todas esas fuerzas dependen de una ley universal diversificada en sus efectos, la cual por medio de decretos eternos fue impuesta en la Creación para constituir la armonía y la estabilidad (Kardec, 2010a, p. 119).

La creación, la organización, la operación, el sostenimiento, la sustentación y todo lo concerniente con la totalidad del espacio y del tiempo y con todas las formas de materia, energía y cantidad de movimiento de esta vastedad están bajo la dirección de la **Inteligencia Suprema**, la causa primera de todo lo que existe: **Dios**. Y esta causa primera de todo lo que existe es eterna, inmutable, inmaterial, única, omnipotente, soberanamente justa y buena. **Espíritu** y **materia** y **Dios**, por encima de todo, son la trinidad universal, el principio de todo lo que existe en el universo (Kardec, 2008, pp. 73-79).

A medida que el ser humano desarrolla el sentido moral su pensamiento penetra mejor en el fondo de las cosas y se forma una idea de Dios más justa y más conforme a la sana razón, aunque siempre incompleta.

Según los limitados idiomas de la humanidad, podríamos denominar la **Inteligencia Suprema** como el **Amor Supremo**, la **Armonía Suprema**, el **Creador Supremo**, la **Justicia Suprema**, la **Sabiduría Suprema**, el **Ser Supremo** o el nombre que quieras darle.

7.4 Principio vital

En este bello y maravilloso planeta Tierra la naturaleza está constituida por una enorme variedad de seres. Según el aspecto material se clasifican en seres orgánicos y seres inorgánicos.

Los **seres orgánicos** son los que tienen en sí una fuente de actividad íntima que les da la vida. Nacen, crecen, se reproducen por sí mismos y mueren. Están provistos de órganos especiales para cumplir los diferentes actos de la vida y apropiados para satisfacer las necesidades con miras a su conservación. Dichos seres son los seres humanos, los animales y las plantas. Los **seres inorgánicos** son todos los que carecen de vitalidad y de movimientos propios y solo se forman mediante la agregación de la materia, tales como los minerales, el agua, el aire, etc. (Kardec, 2008, p. 101).

Además, existen otros seres orgánicos que solo muestran algunas características difusas de los animales o de las plantas. Aristóteles (siglo IV a. C.), padre de la biología, hace la primera organización de la naturaleza en reinos al catalogar todas las entidades vivas de la naturaleza en dos reinos: vegetal y animal. Con el paso de los siglos y con el mejoramiento en la fabricación de los microscopios por Anton van Leeuwenhoek (1673), considerado el precursor de la biología experimental, de la biología celular y padre de la microbiología, los naturalistas amplían sus estudios en ciencias naturales, en particular en biología, y de manera especial en botánica y zoología, y mineralogía.

Con la expansión de conocimiento en biología, Carl von Linné (Carlos Linneo), creador de la clasificación de los seres vivos o taxonomía, distingue también estos dos reinos de seres vivos y agrega el reino mineral; además, introduce la nomenclatura binomial para referir las especies y divide los reinos en clases, las clases en órdenes, los órdenes en familias, las familias en géneros y los géneros en especies. El proceso de difusión y profundización de conocimiento se acelera con la publicación (1735) de su obra *Systema naturæ, sive regna tria naturæ systematice proposita per classes, ordines, genera, & species* (*Sistema natural, o los tres reinos de la naturaleza, según clases, órdenes, géneros y especies*), más conocido como *Systema naturæ*, en la cual expone sus ideas para la clasificación jerárquica del mundo natural.

Entonces surgen en la comunidad científica muchas propuestas de clasificación de los seres vivos, de las cuales tiene mayor aceptación en la actualidad el sistema de los cinco reinos de la vida descritos (1969) por Robert Whittaker: animal, vegetal,

fungi, protista y monera, clasificados más por sus apariencias que por su verdadera relación evolutiva.

Desde el punto de vista moral existen, evidentemente, cuatro clases de seres:

Esos cuatro grados tienen, en efecto, caracteres precisos, aunque sus límites parezcan confundirse. La **materia inerte**, que constituye el reino mineral, solo tiene en sí una fuerza mecánica. Las **plantas**, compuestas de materia inerte y dotadas de vitalidad. Los **animales**, compuestos de materia inerte y dotados de vitalidad, tienen además una especie de inteligencia instintiva, limitada, con conciencia de su existencia y de su individualidad. El **ser humano**, que tiene cuanto hay en las plantas y en los animales, domina todas las otras clases por medio de una inteligencia especial, ilimitada, que le da la conciencia de su porvenir, la percepción de las cosas extramateriales y el conocimiento de Dios (Kardec, 2008, p. 341).

La superioridad del ser humano entre los reinos de la naturaleza se basa en que la inteligencia da la vida moral:

Al encarnar en el cuerpo del ser humano, el espíritu le aporta el principio intelectual y moral que lo hace superior a los animales. Las dos naturalezas que existen en el ser humano dan a sus pasiones dos orígenes: unas proceden de los instintos de la naturaleza animal; otras, de las impurezas del espíritu encarnado en él, el cual simpatiza en mayor o menor medida con los groseros apetitos animales. El espíritu, al purificarse, se libera poco a poco de la influencia de la materia. Bajo esa influencia, se acerca a los irracionales. Desprendido de ella, se eleva a su verdadero destino (Kardec, 2008, p. 349).

El ser humano está constituido por el Espíritu, el periespíritu y la materia. La materia es el agente o medio con la ayuda del cual y sobre el cual actúa el Espíritu; es el lazo que sujeta al Espíritu; es el instrumento que emplea y sobre el cual ejerce al mismo tiempo su acción. El periespíritu es la envoltura vaporosa invisible que reviste el Espíritu y que lo une a la materia. El Espíritu es el principio inteligente del universo; por su característica intangible es difícil comprender su naturaleza íntima; la inteligencia es un atributo esencial del Espíritu; es necesaria la unión del Espíritu y la materia para dar inteligencia a la materia.

El Amor Supremo crea sencillo, simple e ignorante el Espíritu de cada uno de nosotros, el cual se prepara durante cierto tiempo para asumir su condición de humanidad. A cada cual da una misión con el objetivo de instruirlos y de hacerlos llegar de manera progresiva a la perfección mediante el conocimiento de la verdad, y para aproximarlos a Él; en esa perfección reside para ellos la felicidad eterna e inalterable. Al superar las pruebas impuestas los Espíritus adquieren esos conocimientos; algunos llegan más pronto al objetivo asignado por aceptar con sumisión esas pruebas; otros quedan distantes de la perfección y de la felicidad prometida por soportar con quejas y murmuraciones las pruebas asignadas.

Tras las alternativas de desencarnación y reencarnación en un mundo primitivo, adquiere inicialmente rústicos progresos materiales y deudas morales y espirituales. A medida que supera las contingencias de la vida primitiva y abandona el entorno del mundo primitivo, con su inteligencia y su trabajo asume nuevas pruebas y expiaciones, adquiere de modo gradual avances materiales, toma conciencia de ser espiritual, inicia la conquista de algunos valores morales. Así, desarrolla cada vez más su inteligencia, cualifica cada vez más su trabajo, construye cada vez más un mundo mejor, fortalece sucesivamente su proceso de evolución por medio de su transformación moral y progresos espirituales, y salda de manera progresiva deudas morales y espirituales consigo mismo, con sus semejantes y con la naturaleza: construye un mundo feliz.

Según el grado de progreso que han alcanzado los Espíritus es imposible clasificarlos, pues sería una escala infinita. Sin embargo, si se consideran los caracteres generales, la escala espírita puede reducirse a tres categorías principales: Espíritus puros, Espíritus buenos y Espíritus imperfectos.

7.4.1 *Espíritus puros* (Kardec, 2008, pp. 126-127)

Primera y única clase. *Espíritus puros.* Están en la cúspide de la escala, son los Espíritus que han alcanzado el grado supremo de la perfección. Tienen superioridad intelectual y moral absoluta en comparación con los Espíritus de las otras categorías. Tras superar todas las pruebas, se han despojado de todas las impurezas de la materia. En ellos la influencia de la materia es nula, dejaron de padecer pruebas, expiaciones y reencarnaciones en cuerpos perecederos y sujetos a las contingencias y penurias de la vida material. Disfrutan de la vida eterna. Gozan de una felicidad inextinguible. Son los mensajeros y los ministros de Dios, cuyas órdenes ejecutan para mantener la armonía universal. Dirigen y ayudan a los Espíritus inferiores a perfeccionarse y les asignan misiones. Asisten a los seres humanos en sus adversidades y los inducen al bien o a la reparación de las faltas que los alejan de la felicidad suprema. Se los designa a veces con los nombres de ángeles, arcángeles o serafines.

7.4.2 *Espíritus buenos* (Kardec, 2008, pp. 124-126)

A mitad de la escala, son los Espíritus que se caracterizan por el predominio del Espíritu sobre la materia, por el deseo del bien, por sus cualidades y su poder para hacer el bien. Unos tienen la ciencia, otros la sabiduría y la bondad. Los más avanzados suman al saber y las cualidades morales. Comprenden a Dios. Conocen lo infinito. Gozan de la felicidad de los buenos. El amor que los une es para ellos la fuente de una felicidad extraordinaria, inalterable por la envidia, los remordimientos, las pasiones malas. Son felices por el bien que hacen y por el mal que impiden. Desmaterializados de modo parcial aún, conservan algunas huellas de la existencia corporal, tienen aún pruebas que sufrir para alcanzar la perfección absoluta.

Como Espíritus, sugieren pensamientos buenos, desvían a los seres humanos del camino del mal, protegen durante la vida a quienes se hacen dignos de ello, y **neutralizan** la influencia de los Espíritus imperfectos en quienes se niegan a esa influencia. Cuando están encarnados son buenos y benévolos para con sus semejantes. En ninguna ocasión los mueve el orgullo, el egoísmo ni la ambición. Tampoco experimentan odio, rencor, envidia ni celos, y hacen el bien por el bien mismo. A este orden pertenecen los Espíritus designados, en las creencias vulgares, con los nombres de genios buenos, genios protectores o Espíritus del bien. En épocas de superstición e ignorancia se los consideraba como divinidades benéficas.

Constituyen cuatro grupos principales.

Segunda clase. *Espíritus superiores.* Reúnen la ciencia, la sabiduría y la bondad. Su lenguaje solo refleja benevolencia: es constantemente digno, elevado y a menudo sublime. Su superioridad los hace más aptos que los otros para darnos las nociones más justas acerca de las cosas del mundo incorporeal, dentro de los límites de lo que se le permite al ser humano conocer. Se comunican gustosos con quienes buscan la verdad de buena fe, y cuyas almas están suficientemente desprendidas de los lazos terrenales para comprenderla. En cambio, se alejan de quienes solo están animados por la curiosidad, o a quienes la influencia de la materia desvía de la práctica del bien.

Cuando, por excepción, encarnan en la Tierra, lo hacen para cumplir en ella una misión de progreso. En ese caso nos ofrecen el modelo de perfección al cual la humanidad puede aspirar en este mundo.

Tercera clase. *Espíritus sabios.* Las cualidades morales del orden más elevado forman su carácter distintivo. Aunque les falta aún tener conocimientos ilimitados, están dotados de una capacidad intelectual que les proporciona un juicio sano acerca de los seres humanos y las cosas.

Cuarta clase. *Espíritus científicos.* Los distingue de modo especial la amplitud de sus conocimientos. Se preocupan menos de las cuestiones morales que de las científicas, para las cuales tienen más aptitud. Sin embargo, solo encaran la ciencia desde el punto de vista de la utilidad, y sin mezclar con ella ninguna de las pasiones propias de los Espíritus imperfectos.

Quinta clase. *Espíritus benévolos.* Su cualidad dominante es la bondad. Se complacen en prestar servicio a los seres humanos y en protegerlos, pero su saber es limitado: su progreso es más acabado en el sentido moral que en el intelectual.

7.4.3 *Espíritus imperfectos* (Kardec, 2008, pp. 120-124)

En la base de la escala están los Espíritus que se caracterizan por el predominio de la materia sobre el Espíritu. Propensión al mal. Ignorancia, orgullo, egoísmo y todas las pasiones malas que derivan de él.

Tienen la intuición de Dios, pero sin comprenderlo. Muchos son malos en sí mismos. En algunos hay más frivolidad, inconsecuencia y malicia que verdadera maldad. Otros ni hacen el bien ni el mal; pero solo por el hecho de negarse a hacer el bien denotan su inferioridad. Otros, por el contrario, se complacen en el mal y están satisfechos cuando encuentran la ocasión de hacerlo.

Pueden unir la inteligencia a la maldad o a la malicia. Sin embargo, sea cual fuere su desarrollo intelectual, sus ideas son poco elevadas y sus sentimientos son más o menos abyectos.

Sus conocimientos acerca de las cosas del mundo espírita son limitados, y lo poco que saben de él se confunde con las ideas y los prejuicios de la vida corporal. Solo pueden darnos al respecto nociones falsas e incompletas. A pesar de ello, el observador atento suele encontrar en sus comunicaciones, aunque imperfectas, la confirmación de las grandes verdades que enseñan los Espíritus superiores.

Su carácter se revela en el lenguaje que usan. Todo Espíritu que en sus comunicaciones deje traslucir un pensamiento malo puede clasificarse en la tercera categoría. Por consiguiente, todo pensamiento malo que se nos sugiera proviene de un Espíritu de esa categoría.

Ven la felicidad de los buenos, y esa visión es para ellos un tormento incesante, pues experimentan todas las angustias que la envidia y los celos pueden producir.

Conservan el recuerdo y la percepción de los padecimientos de la vida corporal, y esa impresión suele ser más penosa que la real. Sufren, pues, efectivamente, tanto por los males que soportaron como por los que hicieron soportar a otros. Además, como sufren durante mucho tiempo, creen que siempre habrán de sufrir. Dios, para castigarlos, quiere que así lo crean.

Constituyen cinco clases principales.

Sexta clase. *Espíritus golpeadores y perturbadores.* Estos Espíritus, sin constituir en sentido estricto una clase distinta en atención a sus cualidades personales, pueden pertenecer a todas las clases de la tercera categoría. Suelen manifestar su presencia por medio de efectos sensibles y físicos, como golpes, movimiento y desplazamiento anormal de cuerpos sólidos, agitación del aire, etc. Se muestran apegados a la materia más que otros. Parecen ser los agentes principales de las vicisitudes de los elementos del planeta, ya sea que actúen sobre el aire, el agua, el fuego, los cuerpos sólidos o en las entrañas de la Tierra. Se reconoce que estos fenómenos de ninguna manera se deben a una causa fortuita y física cuando tienen un carácter intencional e inteligente. Todos los Espíritus pueden producir dichos fenómenos, pero los Espíritus elevados los dejan, en general, entre las atribuciones de los Espíritus subalternos, más aptos para las cosas materiales que para las de la inteligencia. Cuando los Espíritus elevados juzgan que las manifestaciones de ese género son útiles, se sirven de estos Espíritus como auxiliares.

Séptima clase. *Espíritus neutros.* Tienen la condición de ser ni tan buenos como para hacer el bien, ni tan malos como para hacer el mal. Se inclinan tanto a lo uno como a lo otro y están en la condición general de la humanidad, sea en lo moral o en la inteligencia. Se apegan a las cosas de este mundo, cuyas alegrías groseras echan de menos.

Octava clase. *Espíritus pseudocientíficos.* Sus conocimientos son suficientemente amplios, pero creen saber más de lo que saben en realidad. Como han realizado algunos progresos desde diversos puntos de vista, su lenguaje tiene un carácter serio que puede engañar respecto a su capacidad y a sus luces. Sin embargo, la mayor parte de las veces es solo un reflejo de los prejuicios y de las ideas sistemáticas de la vida terrenal; una mezcla de algunas verdades con los errores más absurdos, entre los cuales se traslucen la presunción, el orgullo, los celos y la terquedad que aún poseen.

Novena clase. *Espíritus frívolos.* Son ignorantes, maliciosos, inconsecuentes y burlescos. Se inmiscuyen en todo y a todo responden, sin preocuparse por la verdad. Se complacen en causar leves molestias y pequeñas alegrías, generar enredos, en inducir con malicia a error por medio de engaños y picardías. A esta clase pertenecen los Espíritus vulgarmente designados con los nombres de duendes, tragos, gnomos y diablillos. Mantienen una relación de dependencia con los Espíritus superiores, que los emplean a menudo del mismo modo que nosotros lo hacemos con nuestros servidores.

En sus comunicaciones con los seres humanos, su lenguaje es a veces ingenioso y divertido, pero casi siempre falto de profundidad. Captan los defectos y las ridiculeces de los seres humanos y los expresan con rasgos mordaces y satíricos. Si utilizan nombres falsos, con frecuencia lo hacen más por malicia que por maldad.

Décima clase. *Espíritus impuros.* Son propensos al mal y lo hacen objeto de sus preocupaciones. Como Espíritus, dan consejos pérfidos, inspiran la discordia y la desconfianza, y adoptan todas las apariencias para engañar mejor. Se apegan a las personas de carácter bastante débil como para ceder a sus sugerencias, a fin de empujarlas a la perdición, satisfechos de poder retardar su progreso al hacerlas sucumbir ante las pruebas que sufren.

En las manifestaciones se los reconoce por su lenguaje. La trivialidad y la grosería de las expresiones, tanto en los Espíritus como en los seres humanos, son siempre un indicio de inferioridad moral o intelectual. Sus comunicaciones ponen al descubierto la bajeza de sus inclinaciones, y si se proponen engañar hablando de una manera sensata, solo pueden sostener muy poco tiempo su papel y de modo inevitable dejan traslucir su origen.

Algunos pueblos los han convertido en divinidades malignas, otros los designan con nombres como demonios, genios malos o Espíritus del mal.

Cuando están encarnados, los seres vivientes a quienes animan son propensos a todos los vicios que engendran las pasiones viles y degradantes: la sensualidad, la crueldad, la felonía, la hipocresía, la codicia, la avaricia sórdida. Hacen el mal por el placer de hacerlo, la mayor parte de las veces sin motivo, y por odio al bien escogen casi siempre a sus víctimas entre las personas honradas. Son plagas para la humanidad, sea cual fuere la clase social a la que pertenezcan, y el barniz de la civilización ni los ampara del oprobio ni de la ignominia.

* * * *

Al leer este libro y conocer la clasificación espírita, cada cual puede tener la noción de su propio desarrollo moral y espiritual; más aún, puede lanzarse a evaluar de manera subjetiva y superficial, claro está, el desarrollo moral y espiritual de sus padres, de sus demás familiares, de sus amistades; de los gobernantes y dignatarios políticos de su país, de los gobernantes y dignatarios políticos de los países de mayor poder económico, tecnológico, político y militar, o de los países de menores conflictos sociales; también de los gobernantes y dignatarios políticos de los países de menor poder económico, tecnológico, político y militar, o de los países de mayores conflictos sociales; así puede llegar a la conclusión del desarrollo moral y espiritual que le falta a la humanidad de este bello y maravilloso planeta para superarse en la escala de los mundos. Mayor claridad puede tener al respecto después de conocer las leyes naturales (Véase Kardec, 2008, pp. 359-370.)

Una sola existencia corporal es insuficiente para despojar de impurezas al Espíritu y lograr el máximo desarrollo al que el Espíritu puede llegar para aportar a la armonía del planeta y del universo. Con cada nueva existencia el Espíritu da un paso más en la senda del progreso. Al despojarse de todas sus impurezas, ya son innecesarias las pruebas de la vida corporal. Es obvio que cada cual necesita numerosas existencias corporales, las que fueren necesarias para lograr de modo gradual la transformación moral como Espíritu y avanzar hacia el mejoramiento progresivo de la humanidad, pues el progreso es casi infinito. Este es el objetivo de la reencarnación. Quienes dicen lo contrario quieren mantener la ignorancia en que ellos mismos están.

Desde la Antigüedad muchas culturas y civilizaciones mantienen en su inconsciente colectivo el precioso legado de la reencarnación, prueba de la Justicia Suprema, la única que puede explicarnos el porvenir y sustentar nuestras esperanzas, puesto que nos ofrece los medios de rescatar nuestras equivocaciones por medio de nuevas pruebas. Todos los Espíritus tienden a la perfección y todos tienen los medios de alcanzarla por medio de las pruebas de la vida corporal. La razón dicta que los castigos a perpetuidad para quienes se hallan en una condición moral inferior implican disconformidad y parcialidad en la balanza de la Justicia Suprema, pues es injusto determinar de manera irrevocable la suerte del ser humano después de su

muerte y privar para siempre de la felicidad eterna a quien se le niega la oportunidad de mejoramiento futuro. Solo entre los seres humanos egoístas se encuentran la iniquidad, el odio implacable y los castigos imperdonables y eternos.

7.5 Las leyes morales

La moral es el conjunto de facultades del Espíritu, es la regla para conducirse bien; es decir, para distinguir el bien del mal. Se basa en la observancia de la ley de Dios. El bien es todo aquello que está de acuerdo con la ley de Dios; y el mal es todo lo que se aparta de ella. El ser humano tiene los medios para distinguir lo que está bien de lo que está mal; por medio de su inteligencia distingue lo uno de lo otro.

Los signos de progreso en el camino del bien son las virtudes, y todas las virtudes tienen su mérito. La virtud surge cada vez que existe una resistencia voluntaria a las incitaciones de las malas tendencias; sin segundas intenciones, el sacrificio del interés personal por el bien del prójimo concede un carácter sublime a la virtud, y cuanto más se basa la virtud en la caridad más desinteresada, tanto más meritoria es la virtud. A medida que el ser humano se instruye en las cosas espirituales y la vida moral predomina sobre la vida material, atribuye menos valor a las cosas materiales y debilita el egoísmo. Contrario a la virtud, contrario al desinterés, el interés personal o el apego a los bienes terrenales son egoísmo, esa llaga que debe desaparecer de la Tierra porque es incompatible con la justicia, con la caridad y con el amor, porque impide el progreso moral y espiritual.

Todo sentimiento que eleva al ser humano por encima de la naturaleza animal revela el predominio del Espíritu sobre la materia y lo aproxima a la perfección. El cumplimiento de la ley natural por medio de la transformación moral y espiritual permite al ser humano superar su existencia en este mundo, donde el mal predomina sobre el bien; superar su tránsito por mundos de regeneración, donde el bien equilibra al mal; construir mundos felices, donde el bien predomina sobre el mal; y disfrutar de la vida eterna en mundos celestiales. Esta es la prodigiosa tarea de todos los seres humanos por nuestra condición de Espíritus encarnados viviendo experiencias humanas ocasionales en múltiples existencias y en múltiples planos físicos, en vez de seres humanos viviendo experiencias espirituales ocasionales.

El amor resuelve todos los problemas del ser humano y de la humanidad y es el valor por excelencia que nos garantiza la vida eterna. La fuerza más poderosa del universo es el amor de Dios, y el amor es inherente al ser humano porque es una característica del Espíritu:

El amor resume toda la doctrina de Jesús, porque es el sentimiento por excelencia, y los sentimientos son los instintos elevados a la altura del progreso realizado. El ser humano [...] instruido y purificado tiene sentimientos, y el punto exquisito del sentimiento es el amor; [...] el amor es ese sol interior que condensa y reúne en su ardiente foco todas las aspiraciones y todas las revelaciones superiores del ser humano. La ley de amor reemplaza la personalidad por la fusión de los

seres, y aniquila las miserias sociales. ¡Feliz quien ama a sus hermanos doloridos! ¡Feliz quien ama, porque en ningún momento conoce las penurias del alma ni las del cuerpo, sus pies son livianos, y vive como transportado fuera de sí mismo! (Kardec, 2008, p. 215.)

Toda pasión que aproxima al ser humano a la naturaleza animal lo aleja de la naturaleza espiritual, y esto es lo que se observa en la vida cotidiana en este mundo de prueba y expiación. La transgresión de la ley suprema trae consecuencias ineludibles e inevitables en todos los contextos de la vida del ser humano, en las esferas individual, colectiva, local, regional, nacional, internacional y mundial, y sus efectos se manifiestan, entre muchos otros, como vacíos existenciales, problemas familiares, fracasos conyugales, quiebras empresariales, achaques y enfermedades del cuerpo, toda clase de enfermedades mentales, experiencias cercanas a la muerte (ECM), muertes por homicidio o suicidio, o por accidentes “fortuitos”, o por otros episodios violentos, o por enfermedades terminales de mucho sufrimiento o, en el ámbito político y social, como delincuencia, corrupción, pandillas, guerras locales, nacionales o internacionales. En virtud de la esencia psicobiofisiosocioespiritual (psico-bio-fisio-socio-espiritual) del ser humano, en este mundo habrá siempre miles de millones de individuos con padecimientos del cuerpo o de la mente o de ambos.

El deterioro del cuerpo es natural con el paso del tiempo, y el deterioro es mayor como consecuencia, entre otras causas, de hábitos alimenticios inadecuados, malnutrición, hábitat con poca higiene, exposición a sustancias tóxicas, vida sedentaria, falta de ejercicios, enfermedades, accidentes, negligencia, consumo de sustancias psicoactivas, estado emocional pesimista; esto influye en la alteración del estado general de salud. Y nadie sabe cuándo le llegará el momento de la partida de este bello y maravilloso planeta hacia la patria espiritual, nuestra verdadera patria.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, además de la ausencia de afecciones o enfermedades”. Se sabe que la medicina es la ciencia de la salud dedicada a la prevención, el diagnóstico, pronóstico y tratamiento de las enfermedades, lesiones y problemas de salud de los seres humanos, y con el desarrollo científico y técnico del siglo XX la medicina ha alcanzado un desarrollo notable y se ha consolidado como una disciplina más resolutiva, y sigue siendo el fruto de la cooperación y las tareas coordinadas de las prácticas médicas experimentadas hasta este momento.

Las ciencias de la salud se han enfocado en el cuerpo, en especial la medicina académica y “ortodoxa” de Occidente; y desde el enfoque de la materia, muy poco o nada saben la medicina, la psicología y la psiquiatría que existen muchas causas de deterioro del cuerpo y de la mente que son intangibles: la acción de Espíritus imperfectos que sirven de instrumento de la Justicia Suprema para que cada cual indemnice, compense o repare un agravio, daño, falta o perjuicio que ha causado en esta existencia o en existencias anteriores; estos agravios, daños, faltas o perjuicios equivalen a deudas espirituales, morales o materiales que el Espíritu debe resarcir

o, más aún, a oportunidades de asimilación de experiencias de comprensión para avanzar en su proceso de evolución.

Nuestros quebrantamientos de la ley suprema en existencias anteriores o en el transcurso de esta existencia implican la adquisición de compromisos con experiencias por comprender o, en otros términos, de deudas espirituales, morales y materiales por resarcir, que tienen consecuencias ineludibles e inevitables, y que exigen la obligación, más que la necesidad, de resolver de modo gradual ahora o más adelante, y así poder disminuir la influencia implacable y perniciosa de los Espíritus que ofendimos, que nos ven y nos escuchan, y nosotros ni los vemos, ni los escuchamos, que nos recuerdan esos compromisos o deudas por medio de afectaciones al cuerpo o a la mente o a ambos.

Según el grado de las ofensas que les causamos, muchos de ellos tienen sed de venganza insatisfecha que los impulsan a buscarnos y, al encontrarnos, causarnos los males físicos, psíquicos o materiales que consideren a su arbitrio. Esto explica episodios clínicos de alteraciones de salud sin causas aparentes, sean cuales fueren esas alteraciones, incluso las ECM, que implican una situación de inconsciencia por una crisis orgánica que podría concluir en fallecimiento, sea cual fuere el evento que las inicie.

Sean cuales fueren las alteraciones de salud o las pruebas más dolorosas y más difíciles de la vida, estos episodios están registrados en el plan prenatal decididos por el Espíritu, sin detallar ni especificar los pormenores de estas experiencias, como pruebas de crecimiento moral y espiritual en su proceso de evolución.

7.6 La ley natural (Kardec, 2008, pp. 359-370)

La ley es la regla fija a la que están sometidos los fenómenos de la naturaleza y cada una de las relaciones existentes entre los diversos elementos que intervienen en esos fenómenos. La ley natural es eterna e inmutable, es la ley de la Sabiduría Suprema. Es la que mantiene la armonía en el universo material y en el universo moral. Es la única ley verdadera para la felicidad del ser humano, pues le indica lo que debe hacer y lo que de ninguna manera debe hacer. Al apartarse de la ley natural el ser humano es infeliz.

Entre las leyes naturales, unas son las leyes físicas y otras son las leyes morales. Las leyes físicas regulan la materia bruta, su movimiento y sus relaciones, y su estudio es del dominio de la ciencia. Las leyes morales conciernen de modo especial al ser humano en sí mismo y en sus relaciones con sus semejantes y, principalmente, en sus relaciones con la Armonía Suprema: comprenden las reglas de la vida del cuerpo y la vida del alma. Las leyes naturales están escritas en la consciencia.

Ante la diversidad de mundos habitados, las leyes naturales se adecúan a la naturaleza de cada mundo y son proporcionales al grado de progreso moral y espiritual de los seres que habitan en ellos.

Las leyes naturales determinan la justicia de las diversas encarnaciones del ser humano, pues en cada nueva existencia desarrolla más su inteligencia y comprende mejor lo que está bien y lo que está mal. En una sola existencia, por muy prolongada que fuere, el ser humano adquiere solo una parte mínima del conocimiento de sí mismo, una parte menor aún del conocimiento de sus semejantes y de la naturaleza circundante, una parte exigua de sus logros morales respecto de sí mismo, una parte más exigua aún respecto de sus semejantes, y una parte más insignificante aún respecto de la Armonía Suprema.

Desde la cuna del universo estas leyes están inscritas en la naturaleza, y desde los siglos más remotos los hombres y mujeres que han meditado acerca de la sabiduría han comprendido y enseñado estas leyes naturales, pues por medio de sus enseñanzas incompletas han preparado el ámbito cultural, intelectual, moral y social para recibir la semilla del progreso espiritual, tras proponerse buscarlas, deducirlas de manera parcial de la naturaleza y aplicarlas para el desarrollo de la humanidad. De modo que en todas las culturas y civilizaciones de todos los tiempos los hombres y mujeres de bien han proclamado los preceptos que esas leyes consagran, y en menor o mayor grado sus elementos se encuentran, aunque alterados e incompletos por la ignorancia y la superstición, en la doctrina moral de todos los pueblos después de salir de la barbarie.

A medida que el ser humano crece cada vez más en inteligencia, en desarrollo material y en la conquista de valores morales, comprende que la ley natural gobierna todo el universo. En el plano espiritual la ley natural se cumple al amar a Dios sobre todas las cosas y amar al prójimo como a nosotros mismos. En el plano moral la ley natural se cumple al hacer por nuestros semejantes lo que deseamos que nuestros semejantes hagan por nosotros. El quebrantamiento de la ley natural tiene consecuencias ineludibles e inevitables, y el resarcimiento es obligatorio ahora o más adelante.

Las condiciones de existencia del ser humano cambian según los tiempos y lugares, de ello resultan necesidades diferentes y posiciones sociales adecuadas a esas necesidades, y en todo momento el ser humano debe satisfacer los deberes recíprocos con sus semejantes. En virtud de ello, la ley natural comprende todas las circunstancias de la vida, y consta de sus leyes complementarias, las cuales son las siguientes: *ley de adoración, ley del trabajo, ley de reproducción, ley de conservación, ley de destrucción, ley de sociedad, ley del progreso, ley de igualdad, ley de libertad, ley de justicia, amor y caridad.*

7.6.1 Ley de adoración (Kardec, 2008, pp. 371-383)

En virtud de un sentimiento innato del ser humano, consciente de su debilidad y en búsqueda de protección, es natural su tendencia a la elevación del pensamiento hacia el Ser Supremo. Si la **adoración** es sincera, si surge del fondo del corazón, si hace el bien y evita el mal, los progresos morales y los beneficios espirituales son

evidentes; si estas condiciones se dan en grupos de personas reunidas por una comunión de pensamientos y de sentimientos, atraen con más fuerza hacia sí a los Espíritus buenos, y entonces los progresos morales y los beneficios espirituales son mayores.

7.6.2 *Ley del trabajo (Kardec, 2008, pp. 385-388)*

El ser humano gana su sustento material y su desarrollo intelectual con el producto de su **trabajo**, pues el trabajo, además de ser una necesidad, es una ley de la naturaleza. En todas las culturas y civilizaciones el trabajo es una obligación, en especial el trabajo útil, que puede ser material o intelectual. El trabajo y la actividad productiva han de garantizar al ser humano la satisfacción de sus necesidades materiales, como consecuencia de su naturaleza corporal, y de modo gradual la satisfacción de sus necesidades superiores, como consecuencia de su naturaleza espiritual, los cuales lo elevan por encima de sí mismo.

Toda ocupación útil es un trabajo, y el ser humano tiene la obligación, según sus posibilidades, de hacerse útil a sus semejantes; si posee bienes suficientes para asegurar su existencia, también debe realizar trabajo útil a fin de perfeccionar su inteligencia o la de los demás. El trabajo material contribuye a la conservación del cuerpo, y la naturaleza de las necesidades determina la naturaleza del trabajo: cuanto menos materiales son las necesidades, menos material es el trabajo, y cuanto más desarrollo intelectual tiene el trabajo, tantas más necesidades materiales satisface y tanto más fáciles son de satisfacer.

Obviamente, los padres deben trabajar para sus hijos, y los hijos tienen la obligación de trabajar para sus padres cuando estos lleguen a la vejez: es un sentimiento natural que conjuga el amor paterno con el amor filial mediante el afecto recíproco y la ayuda mutua entre los miembros de una misma familia.

Tras la ejecución del trabajo y el disfrute del merecido descanso reparador, este da un impulso de libertad a la inteligencia, a fin de que esta se eleve por encima de la materia. Así como el ser humano tiene la obligación de realizar trabajo útil, la sociedad debe estructurar las instituciones para satisfacer su obligación de garantizar que quienes dependen de su labor para tener una existencia decorosa y digna tengan derecho al trabajo digno en su edad productiva y derecho al descanso remunerado en su vejez.

7.6.3 *Ley de reproducción (Kardec, 2008, pp. 389-394)*

La **reproducción** de las especies garantiza la continuidad del mundo corporal, y la naturaleza mantiene siempre el equilibrio. En cuanto a la especie humana, **unas etnias desaparecen y otras las remplazan**. Los seres humanos de la actualidad constituyen los mismos Espíritus de los seres humanos brutos y salvajes de los tiempos primitivos en nuevos cuerpos, que con el paso del tiempo han evolucionado en su proceso de desarrollo moral y espiritual, han construido culturas y civilizaciones, han adquirido

cierto grado de perfeccionamiento, y que tienden a invadir toda la Tierra y a sustituir las etnias que se extinguen; y tras su periodo de crecimiento llegará el momento de su decrecimiento y su remplazo por otras etnias con mayor grado de perfeccionamiento que descenderán de la etnia actual.

La gran familia humana congrega las etnias que surgen en la noche de los tiempos, sea cual fuere el tronco primitivo de cada una de ellas, que al unirse entre sí muchas de ellas producen para la posteridad nuevos especímenes con cuerpos más desarrollados, más fuertes, más sanos, y de modo creciente con el carácter dominante del desarrollo de la fuerza intelectual a expensas de la fuerza bruta.

El objetivo al cual tiende la naturaleza es la perfección tanto en animales como en vegetales, y el ser humano tiene con su inteligencia poder sobre todos los seres vivos, poder que debe usar conforme a sus necesidades, para el bien y sin abusar de él, pues la acción humana inteligente es un contrapeso establecido por la Sabiduría Suprema para mantener el equilibrio entre las fuerzas de la naturaleza; el ser humano es instrumento de sus designios en cuanto a la intervención de especies animales y vegetales por medio de trabajo y procedimientos científicos para obtener de ellos mejores y mayores resultados para beneficio del ser humano, o para impedir su reproducción ilimitada, la cual sería perjudicial para otras especies y para el ser humano.

Poner obstáculos a la marcha de la naturaleza es contrario a la ley natural si se hace sin necesidad, sin propósito, sin la intención del bien. Y en cuanto a la reproducción humana, ello expresa cuán sumiso está el ser humano a la materia, indica la supremacía del cuerpo sobre el alma.

En todas las culturas y civilizaciones prevalecen durante milenios los modos tradicionales de establecer relaciones de pareja y matrimonio sin afectos, sin sentimientos, por alianzas económicas o militares o políticas o sociales o de otro tipo, para satisfacción del instinto, el apego a la riqueza material y al poder sobre sus semejantes: costumbres del predominio de la materia sobre el Espíritu. Entre ellas es común la **poligamia**, que consiste en la pluralidad de cónyuges: la **poliginia**, mayoritariamente en los hombres, y la **poliandria**, muy rara vez en las mujeres.

La ley natural exige la continuidad de la especie, y con el paso del tiempo germina de manera gradual en el corazón del ser humano el profundo anhelo de establecer con afectos y sentimientos la relación de pareja, la unión permanente de dos seres con el propósito de progresar y saldar con amor deudas del pasado: es el matrimonio con apego a la ley natural, porque establece la solidaridad fraternal entre sus miembros, es uno de los primeros actos en la senda de progreso de las sociedades humanas, aunque aún persiste la unión libre y fortuita de los sexos y otras expresiones en diversas condiciones del estado de naturaleza.

Contrario al lento desarrollo moral de las sociedades, millones de parejas comparten en forma insensible la indisolubilidad absoluta del matrimonio sin afecto o por intereses, costumbre muy contraria a la ley natural; y millones de hombres

y millones de mujeres disimulan con pocas o muchas justificaciones su celibato voluntario y egoísta.

Situación muy diferente es el **celibato** de algunas personas para consagrarse por completo al servicio de la humanidad. El sacrificio personal que se hace para el bien, sin intenciones egoístas, es meritorio; tanto más meritorio es cuando constituye, mediante la renuncia a las alegrías de la familia, un sacrificio que se cumple en provecho de la humanidad; y cuanto mayor es el sacrificio, mayor es el mérito, y eleva al ser humano por encima de su condición material. He aquí algunos ejemplos de celibato altruista:

- Clara de Asís (1194-1253) (nombre castellanizado de Chiara Scifi), cofundadora de la Orden de las Hermanas Pobres de Santa Clara (denominada Orden de las Clarisas).
- Juana Inés de la Cruz (1651-1695), pseudónimo de Juana Inés de Asbaje Ramírez de Santillana, escritora y poeta novohispana (nacida en el virreinato de Nueva España, actual México y los estados del sudoeste de los Estados Unidos de América), exponente del Siglo de Oro de la literatura en castellano, que también incorporó el náhuatl clásico a su creación poética.
- Joanna Angélica de Jesús (1761-1823), sor y después abadesa del Convento de la Lapa (estado de Bahía), de la Orden de Nuestra Señora de la Concepción, y mártir de la Independencia de Brasil.
- Teresa de Calcuta (1910-1997), pseudónimo de Agnes Gonxha Bojaxhiu, fundadora de las congregaciones Misioneras de la Caridad; Hermanos Misioneros de la Caridad; y Padres Misioneros de la Caridad, y de varias organizaciones y centros de atención y alivio a los más pobres de los pobres. Por su loable y noble labor por sus semejantes obtuvo el Premio Nobel de la Paz en 1979.
- Francisco Cándido Xavier (1910-2002), popularmente conocido como *Chico Xavier*, famoso médium y divulgador de la doctrina espírita en Brasil y en el resto del mundo, autor por medio de psicografía de casi doce mil cartas y de cerca de 500 libros, de estos se han vendido algo más de 50 millones de ejemplares traducidos a 33 idiomas y 30 libros en sistema braille. Admitió siempre que los autores de esos textos eran los Espíritus, que él solo se limitaba a escribir lo que ellos le pedían; por ese motivo nunca recibió dinero por la venta de sus libros, y donó los derechos de autor a diferentes instituciones sin ánimo de lucro. En 1981 y 1982 fue nominado al Premio Nobel de la Paz.
- Divaldo Pereira Franco (1927-), profesor, escritor, orador, famoso médium y divulgador de la doctrina espírita en Brasil y en el resto del mundo, autor por medio de psicografía de cerca de 300 libros, de los cuales se han vendido algo más de 20 millones de ejemplares traducidos a 17 idiomas. Fundador del Centro Espírita Camino de la Redención (Caminho da Redenção) y cofundador de la Mansión del Camino (Mansão do Caminho), en la ciudad de Salvador (estado de Bahía), institución de asistencia social que ha acogido y educado a

casi 40.000 niñas, niños y adolescentes de condiciones vulnerables. Adoptó y educó a cerca de 700 niñas, niños y adolescentes, actualmente emancipados y con familia constituida, que le han dado algo más de 200 nietos y bisnietos. También es de destacar que los ingresos de las obras psicografiadas y vendidas están totalmente destinados a las obras sociales de la Mansión del Camino.

7.6.4 Ley de conservación (Kardec, 2008, pp. 395-403)

Todos los seres vivientes, sea cual fuere su grado de inteligencia, tienen el instinto de **conservación**. El Creador Supremo ha dado al ser humano la necesidad de vivir y le ha proporcionado los medios para ello: la tierra fecunda, que espera el arado, el trabajo y el sudor para la siembra, dispuesta siempre a dar con generosidad frutos abundantes y lo que sus habitantes necesitan para su sustento, pues solo lo necesario es útil, y lo superfluo nunca lo ha sido, ni lo es ni lo será.

La ley de conservación impone al ser humano el deber de mantener sus fuerzas y su salud, para cumplir con la ley del trabajo. Por ende, debe alimentarse según lo requiera su estructura corporal, para ello fortalece su constitución física alimentándose con la carne de los animales que cría, que caza o que pesca.

La tierra es una excelente madre. En la mitología de todas las culturas y civilizaciones de la Antigüedad es la diosa Madre, y en la actualidad es la madre naturaleza o la madre tierra. Ello indica la veneración del ser humano al ser que lo sustenta y sostiene. Sin embargo, a veces la impericia o la imprevisión llevan a una producción insuficiente porque el ser humano emplea en lo superfluo lo que podría destinar a lo necesario.

Todo lo que el ser humano puede disfrutar en este mundo proviene del suelo, que es la fuente principal de donde derivan los otros recursos, que son transformaciones de los productos del suelo. Aun así, el egoísmo de los seres humanos lleva a que muchos individuos carezcan de medios de subsistencia, a pesar de la abundancia que los rodea. La madre tierra tiene recursos para todos sus habitantes, siempre es necesario buscarlos con esfuerzo y perseverancia, y sin dejarse desalentar por los obstáculos, que muy a menudo son medios de poner a prueba la constancia, la paciencia y la firmeza.

La civilización avanza y multiplica las necesidades, las fuentes de trabajo y los medios de subsistencia, aunque en estos aspectos le queda aún mucho por hacer, pero llegará el momento en que haya cumplido su tarea, y nadie podrá decir que carece de lo necesario, salvo que sea por su propia culpa. El sol sale para todos, sean buenos, menos buenos, poco buenos o nada buenos, de modo que cada cual ocupe su lugar en vez del lugar de los demás. La madre naturaleza nada tiene que ver con los vicios de la organización política y social, ni con las corrupciones y perversiones de los dignatarios políticos, ni con las consecuencias de la ambición, el egoísmo y el orgullo del ser humano.

Las poblaciones crecen de manera incesante, la atención en salud es más de carácter privado que público y tiende a una atención especializada, mucho más costosa aún. La producción crece también y satisface plenamente las necesidades en unos casos y en forma parcial en otros, y en muchas ocasiones perjudica a la comunidad con incontables artículos superfluos, porque el afán de riquezas de los dueños de los medios de producción es incontrolable. El infortunio y el sufrimiento de muchos hombres, mujeres y niños desplazados por conflictos ambientales, ecológicos, económicos, militares, políticos o sociales encuentran alivio en lugares donde refugiarse.

Aun así, el desarrollo de la ciencia y la elevación de los sentimientos de amabilidad, bondad, benevolencia, caridad, compasión, concordia, cordialidad, fraternidad, generosidad y solidaridad contribuyen al aumento del bienestar. Se ha hecho mucho, y se haría mucho más si el ser humano fuera sabio de modo suficiente para enfocar su proceso de evolución en su crecimiento moral y espiritual, y ello ampliaría, compartiría y motivaría la búsqueda colectiva de la felicidad.

El uso de los bienes de la tierra es un derecho de todos los seres humanos como consecuencia de su necesidad de vivir. Quienes buscan en los excesos de todo tipo intensificar sus goces de la materia renuncian a la razón que la Inteligencia Suprema les ha dado por guía, y cuanto mayores son sus excesos, tanto mayor dominio conceden a su naturaleza animal sobre su naturaleza espiritual.

7.6.5 *Ley de destrucción (Kardec, 2008, pp. 405-418)*

Todo lo que se destruye renace y se regenera, es la ley de la naturaleza: la **destrucción** es una transformación, y su objetivo es la renovación y el mejoramiento de los seres vivos. Los seres vivos se destruyen mutuamente para alimentarse, así mantienen el equilibrio en la reproducción, la cual podría aumentar en exceso, y solo consumen la envoltura exterior, pues la esencia del ser vivo es el principio inteligente, que es indestructible. La ley natural da a cada especie la necesidad de vivir y de reproducirse, y los medios de preservación y de conservación que provee la naturaleza evitan que la destrucción se produzca antes del tiempo necesario, pues la destrucción anticipada dificulta el desarrollo del principio inteligente.

En cuanto al ser humano, cuyo instinto de conservación lo sostiene en las pruebas de la vida, debe tratar de prolongar su vida para cumplir su tarea. Cuando comprenda que la muerte solo afecta su cuerpo, que lo libera de los males de esta vida, y que lleva su Espíritu a una vida mejor para avanzar en su proceso de evolución, solo así superará su horror instintivo a la muerte, y expresará mayor gratitud al superar la amenaza de un peligro, pues comprenderá que los peligros son advertencias para que corrija el rumbo de su vida y aproveche el tiempo para beneficio propio, de su comunidad y de la humanidad. A medida que el ser humano aumenta su desarrollo intelectual y moral, disminuye su horror a la destrucción, pues la necesidad de destrucción disminuye a medida que el Espíritu predomina sobre la materia.

En armonía con los deberes que la ley de conservación y la ley del trabajo imponen al ser humano, su alimentación y su seguridad a partir de la destrucción de animales han de estar reguladas por la necesidad, y el abuso de ellas expresa el predominio de la bestialidad sobre la naturaleza espiritual, pues la destrucción que exceda los límites de la necesidad es una violación de la ley suprema, y el exceso de remordimientos en algunos pueblos en cuanto a la destrucción de los animales tiene más de temor supersticioso que de sentimiento meritorio y verdadera bondad.

La destrucción es necesaria para la regeneración moral de los Espíritus, pues en cada nueva existencia adquieren un nuevo grado de perfección. El Creador Supremo quiere el progreso del ser humano, ha dado a cada cual los medios de progresar mediante el conocimiento del bien y del mal, pero el ser humano lo desaprovecha y así retrasa en siglos su progreso. Entonces en la naturaleza algunos procesos se aceleran y ocurren episodios para que llegue en pocos años lo que tardaría muchos siglos. Esos episodios y procesos causan trastornos debido al perjuicio que ocasionan, pero suelen ser necesarios, pues así la humanidad dispondrá con mayor prontitud de un mejor orden de cosas. En virtud de la duración insignificante de la vida corporal del ser humano en comparación con la preexistencia y existencia del Espíritu, los seres humanos que sin quejarse sufren los padecimientos en las grandes calamidades que diezman a la humanidad hallarán en otra existencia una amplia compensación por sus padecimientos.

Entre los males que afligen a la humanidad unos son de carácter general, que hacen parte de los designios de la Divina Providencia, y sus consecuencias afectan a cada individuo en mayor o menor medida. En ocasiones esos episodios constituyen pruebas materiales y morales que dan al ser humano oportunidades de ejercer su inteligencia y de demostrar su paciencia y su resignación a la voluntad de la Divina Providencia. Y cuando el ser humano aprenda a aprovechar todos los recursos de su inteligencia, cuando sume el cuidado de su conservación personal al sentimiento de una verdadera caridad para con sus semejantes, entonces, solo entonces, construirá con bases firmes su bienestar material, y ello lo inducirá con fuerza a enfocar su vida en su desarrollo moral y espiritual.

En el estado latente de barbarie de los pueblos con predominio del carácter de imposición del derecho del más fuerte, la guerra es un estado normal para ellos, y quien provoca la guerra en su propio beneficio es el verdadero culpable de todos los asesinatos que se cometen en ella para satisfacer su ambición. En la medida en que el ser humano progresa, evita las causas que provocan la guerra; y en caso de decidirse por ella, la humaniza un poco. Todos los pueblos del mundo anhelan libertad y progreso, y en su búsqueda muchos se han decidido por la guerra, y a veces en su desenlace algunos han impuesto un estado temporal de esclavitud que ha impulsado a los pueblos beligerantes y a otros pueblos a comprender la necesidad de la justicia y su práctica hasta convertirla en una genuina costumbre. Solo así desaparecerá la guerra en este bello y maravilloso planeta, y todos los pueblos serán hermanos.

La vida del ser humano es una prueba de expiación o, en algunos casos, de misión, y quien trunca una vida comete un asesinato, un gran crimen. En el asesinato el grado de culpabilidad es mayor según la intención más que el hecho en sí. En el asesinato cometido en legítima defensa solo la necesidad puede disculparlo, y si puede preservarse la propia vida sin atentarse contra la vida del agresor, debe hacerse. De los asesinatos que se cometen durante la guerra son culpables quienes deciden hacer la guerra y quienes la dirigen. De las crueldades son culpables quienes las cometen, pues al realizarlas demuestran el poco desarrollo de su sentido moral. Quienes decretan o quienes aplican la pena de muerte son culpables, aunque respalden sus masacres y carnicerías humanas con la justicia y la ley, más culpables aún son quienes muchas veces las perpetran en nombre o en honor de la divinidad.

7.6.6 Ley de sociedad (Kardec, 2008, pp. 419-422)

Las facultades del ser humano están siempre en estado latente y se desarrollan según tengan circunstancias más o menos favorables. Algunas de esas facultades tienen más auge que otras, y las que progresan en exceso detienen el crecimiento de otras. La agitación de los instintos materiales reprime el sentido moral, y el desarrollo del sentido moral disminuye los instintos materiales.

Dotado de las facultades necesarias para la vida de relación, el ser humano busca de manera instintiva vivir en **sociedad**, y todos deben cooperar mediante la ayuda mutua en pos de su bienestar y su progreso, pues nadie puede progresar a solas porque dispone solo de pocas facultades desarrolladas, y todos necesitamos el contacto y la interacción con los demás para progresar.

De modo que los lazos sociales son necesarios para el progreso, y los lazos sociales más estrechos aún brotan de los lazos de familia, por eso los lazos de familia integran una ley de la naturaleza, para aprender a amarse como hermanos espirituales.

7.6.7 Ley de progreso (Kardec, 2008, pp. 423-436)

El **estado de naturaleza** es el estado primitivo, la infancia de la humanidad y el punto de partida de su desarrollo intelectual y moral. La ley natural contribuye de modo creciente al progreso de la humanidad desde el estado de naturaleza hacia la civilización y mucho más allá, pues la condición natural del ser humano es progresar sin cesar, y el destino supremo de la humanidad es el horizonte infinito de amor fraterno y de progreso material, moral y espiritual.

El progreso del ser humano tiene diferentes grados entre sí, y por medio del contacto social los más avanzados apoyan el progreso de los más rezagados, porque la **marcha del progreso** es constante, ya que el progreso moral sigue tras el progreso intelectual, que con el desarrollo del libre albedrío permite comprender el bien y el mal. Así, los individuos y los pueblos alcanzan diferentes grados de desarrollo intelectual y de responsabilidad de sus actos, unos harán el bien y otros harán el mal, pero

con el desarrollo del sentido moral estas fuerzas se equilibran. El progreso es una condición de la naturaleza humana, por eso nada ni nadie puede detener la marcha del progreso, aunque a veces algunas personas o fuerzas ecológicas, económicas, industriales, militares, políticas, religiosas o sociales pueden obstaculizar el progreso o retardarlo en algunos aspectos y en algunas circunstancias.

Así como la tormenta purifica la atmósfera después de agitarla, cuando un pueblo progresa muy poco o con mucha lentitud como resultado de la fuerza de las circunstancias, con cierta frecuencia la Inteligencia Suprema causa en esa nación una conmoción física, una perturbación moral o una agitación social, o una combinación de ellas, que lo transforma con mayor rapidez. Así, las ideas brotan de modo gradual, germinan durante siglos y llega el momento en que estallan de improviso en revoluciones científicas, revoluciones morales o revoluciones sociales, o una combinación de ellas, que desmoronan el corroído y vetusto edificio del pasado, que ya desarmoniza con las nuevas aspiraciones, con las nuevas necesidades y con los nuevos progresos. Muchos individuos con mayor lucidez intelectual, moral y social admiran los designios de la Inteligencia Suprema, que del mal hace surgir el bien; en contraste, en algunos sectores sociales solo ven en esas conmociones las afectaciones a sus intereses materiales, la confusión y el desorden momentáneos y transitorios.

De igual modo que en la vida del individuo, una serie de procesos de transformación dialéctica lleva a la humanidad desde su estado de infancia hasta la **civilización**, y entre esas actividades humanas existen dos clases de progresos que se prestan apoyo mutuo: el progreso intelectual y el progreso moral; y en las naciones civilizadas el progreso intelectual recibe muchos más estímulos y mayores apoyos que el progreso moral, por eso en nuestros días el progreso intelectual ha alcanzado un grado de desarrollo mucho mayor, y falta mucho para que el progreso moral logre el mismo grado de desarrollo. Este progreso incompleto en las naciones y entre las naciones desaparecerá cuando la moral esté tan desarrollada como la inteligencia, y así la humanidad se preparará para obtener los máximos frutos que la civilización pueda producir, en especial la convivencia fraternal mediante la práctica de la caridad.

Además de los mejores beneficios que pueda producir, el grado de perfección de la civilización se reconoce por su desarrollo moral y sus consecuencias.

Entre los pueblos que llegaron a la cima de la escala social, solo puede llamarse más civilizado aquel donde hay más bondad, más buena fe, más benevolencia y más generosidad recíprocas; donde hay menos egoísmo, menos codicia y menos orgullo; donde los hábitos del ser humano son más intelectuales y más morales que materiales; donde la inteligencia puede desarrollarse con mayor libertad; donde las leyes son iguales para todos, sin privilegio para nadie; donde la justicia se administra con imparcialidad; donde el débil encuentra siempre amparo en el fuerte; donde mejor se respetan la vida del ser humano y sus creencias y opiniones; donde hay menos desdichados; donde el ser humano

de buena voluntad tiene siempre la certeza de poseer lo necesario (Kardec, 2008, p. 432).

Los logros superiores de la civilización llegarán de modo gradual en la medida del progreso moral del ser humano, por la influencia de las personas de bien y su guía por la senda del progreso, y por la fuerza de las circunstancias, y ello se reflejará en el **progreso de la legislación humana**, que de manera progresiva se aleja cada vez más de las épocas en que los más fuertes dictaban las leyes que hacían para beneficio de ellos, leyes surgidas del egoísmo, de la mezquindad y del orgullo. La necesidad de modificar esas leyes brota de las mentes con mayor lucidez intelectual, moral y social a medida que comprenden mejor la justicia, y dictan leyes para todos, las cuales son más estables y se acercan a la verdadera justicia; es decir, se identifican con la ley natural.

7.6.8 Ley de igualdad (Kardec, 2008, pp. 437-445)

Todos los seres humanos **nacemos en igualdad de dignidad, derechos y deberes** y **somos iguales ante el Creador Supremo**, todos sometidos a las mismas leyes de la naturaleza, todos hacia el mismo objetivo. Creados los Espíritus sencillos, simples e ignorantes, la desigualdad de sus aptitudes se debe a su grado de experiencia y su libre albedrío; algunos se perfeccionan con mayor rapidez, y eso les confiere aptitudes varias, ello es necesario en cuanto a la contribución de cada cual al progreso físico e intelectual de la humanidad. Así, la diversidad de las aptitudes en los seres humanos depende del grado de perfeccionamiento que han logrado los Espíritus encarnados en ellos, y la interacción de individuos con diferentes grados de desarrollo permite la cooperación de los más adelantados con los más atrasados, y en esas actividades surgen afectos mutuos, semillas de la ley de caridad que debe unirnos a todos.

En cambio, las **desigualdades sociales** nacen del predominio de la materia sobre el Espíritu: egoísmo y orgullo, discriminación y prejuicios sectarios, de castas y de colores de piel, y de otras expresiones de pobreza moral entre los seres humanos; pero en la medida del progreso moral de los individuos solo quedará la desigualdad del mérito.

La diversidad de los caracteres y temperamentos de los seres humanos conduce siempre a la **desigualdad de las riquezas**, si consideramos los fines, objetivos y métodos de su obtención y, más aún, por la diferencia en capacidades, conocimientos, dones, facultades, talentos y virtudes de cada uno de los individuos. Si la riqueza se obtiene por medios lícitos y su fin es para hacer el bien a la humanidad, ¡bendiciones, y que la vida les sonría hoy y siempre!

Muchas riquezas son ilegítimas, aunque tengan visos de legalidad, porque en ellas predominan los fines, objetivos y métodos de obtención contrarios a las leyes morales, por parte de sus propietarios actuales o de quienes las heredaron. Por ejemplo:

si proceden de trabajo esclavo, de actividades criminales, o de un largo etcétera de ilegalidades, de ilicitudes.

En cuanto a las **pruebas de la riqueza y de la miseria**, los propios Espíritus las escogen, y con frecuencia sucumben ante ellas, porque ambas tienen un elevado grado de dificultad. La riqueza predispone a todos los excesos; la riqueza y el poder engendran las pasiones que apegan a la materia y alejan del progreso espiritual; la persona rica dispone de más medios para hacer el bien, pero es objeto de más tentaciones, y su egoísmo se vuelve más insaciable; cuanto más rico y más poderoso es un individuo, más obligaciones tiene que cumplir; su prueba consiste en el uso que hace de sus bienes y de su poder. La miseria suscita reproches contra la Divina Providencia, y su prueba consiste en la abnegación y la resignación.

Todos los seres humanos **nacemos en igualdad de dignidad, derechos y deberes y somos iguales ante el Creador Supremo**. La inferioridad de la mujer es un vestigio que la humanidad arrastra desde los tiempos de barbarie, y se debe al dominio injusto y cruel que durante miles de milenios el hombre y las instituciones sociales establecidas por el hombre han ejercido sobre ella, y por el abuso de la fuerza masculina sobre la debilidad femenina. Los hombres, en especial los de poco desarrollo moral, saben que la mayor fuerza física masculina es apropiada para realizar los trabajos rudos, pero ignoran y deben aprender que la debilidad física de la mujer, dotada de delicadeza, encantos, ternura y mayor sensibilidad, es adecuada para realizar los trabajos delicados y tiernos de las funciones maternas y acorde con la debilidad de los seres que la naturaleza le ha confiado; estas funciones son tan importantes e incluso más importantes aún que las que realiza el hombre, porque la mujer es quien imparte a los seres humanos las primeras nociones de la vida. Y la interacción entre ambos géneros es para ayudarse mutuamente a superar las pruebas de la vida, enaltecer el Espíritu y enriquecer la vida en este bello y maravilloso planeta.

La **emancipación de la mujer o liberación femenina** es el conjunto de los procesos mediante los cuales las mujeres de muchos países del mundo se han liberado de gran parte de la opresión que la autoproclamada supremacía masculina del patriarcado ejerce sobre ellas desde hace miles de milenios solo por ser mujeres. La **emancipación femenina** es acorde con el progreso de la civilización, pues las capacidades, los conocimientos, dotes, facultades, inteligencia, talentos y virtudes de las mujeres son tan importantes o incluso más importantes aún que los del hombre en el proceso de evolución de la humanidad; es un concepto propio de la antropología, la historiografía, la sociología y otras ciencias sociales y disciplinas del conocimiento que estudian el comportamiento humano, concepto que se refiere al proceso histórico de reivindicación de las mujeres en la consecución de la igualdad legal, personal y familiar, laboral, profesional, política y social, que durante miles de milenios se les había negado.

7.6.9 Ley de libertad (Kardec, 2008, pp. 447-468)

El sentido en que el ser humano considera la **libertad** es el de la facultad de obrar de una manera o de otra, o de abstenerse de obrar, o de disfrutar de la condición en que ni está en prisión ni está sujeto a esclavitud. La esencia social del ser humano garantiza los derechos individuales y los derechos colectivos, ello expresa la necesidad de respetar los derechos de los demás, pues los derechos de cada cual terminan donde empiezan los derechos de los demás, y esta expresión de la ley natural debe regir en los ámbitos individual, familiar, laboral, legal, profesional, político y social: lo contrario es violación de la ley natural. Y cuanto más desarrollo intelectual tiene el ser humano para comprender este principio, tanto más culpable es al negarse a aplicarlo a sí mismo.

Una parte de la humanidad vive en condición de **esclavitud** durante milenios como consecuencia del abuso de la fuerza por parte de una minoría que se impone debido a su poco desarrollo moral; con el paso de los siglos comprende de modo gradual que toda sujeción absoluta de un individuo a otro es contraria a la ley natural. Así, se constituyen imperios que promulgan la esclavitud como derecho del Estado y de los sectores privilegiados y que se mantienen durante siglos, que someten a etnias humanas con menor desarrollo intelectual, que sacan provecho de la ley de esclavitud, que dejan la huella material imborrable e irrepitable del trabajo esclavo como herencia orgullosa, y esas obras portentosas del trabajo esclavo se consideran en la actualidad como maravillas del mundo antiguo, aunque sus promotores ignoraran siempre su culpabilidad por la violación de la ley natural.

En toda condición en que se encuentre el ser humano goza de una libertad sin límites, sin obstáculos, que solo la Justicia Suprema conoce, y ante la cual es responsable: **su pensamiento**, en especial sus pensamientos más íntimos: **su conciencia**. Una expresión de los logros de la civilización y del progreso es la **libertad de conciencia**, y las creencias que esta genera son respetables cuando conducen con sinceridad a la práctica del bien, y cuando conducen al mal son reprobables solo los actos en que se manifiestan, y en estos casos es preferible la persuasión y la fraternidad, en vez de la fuerza, tras considerar que las doctrinas que pretenden ser la única expresión de la verdad son aquellas que hacen más seres humanos de bien y que practican de manera amplia la ley de amor y caridad en su mayor virtud.

El desarrollo gradual de las facultades del ser humano le permite tener la libertad de pensar, la voluntad de hacer, de gozar en forma progresiva de su libre albedrío. Sus predisposiciones instintivas son las del Espíritu antes de su encarnación, las cuales pueden inclinarlo a los actos de bondad o de maldad, respectivamente, según esté más o menos adelantado. De modo que las perturbaciones de sus facultades por fuerza de las circunstancias, por alteración de su estado emocional, por el consumo de sustancias psicoactivas, o por alguna otra causa, le impiden tener control sobre su pensamiento, el libre albedrío deja de pertenecerle, y su facultad dominante es el instinto en vez de la inteligencia.

Por lo general suele considerarse que episodios de desgracia, desdicha o infelicidad son eventos del destino o una **fatalidad**; en sí la fatalidad es solo el hecho en que el ser humano debe aparecer en la Tierra, y el hecho en que habrá de desaparecer de ella. En el plan prenatal el Espíritu elige las pruebas que va a experimentar en la encarnación subsiguiente; en cuanto a las pruebas físicas, son el conjunto de situaciones en que se encontrará como ser humano, y sus consecuencias son una especie de destino; en cuanto a las pruebas morales y a las tentaciones, siempre es dueño de ceder o de resistir, porque el Espíritu conserva su libre albedrío acerca del bien y del mal.

Algunos individuos consideran que los persigue la fatalidad, quizá sean las pruebas que han elegido y que deben sufrir, aunque por su amor propio y su orgullo atribuyan sus fracasos a la suerte o al destino. A individuos a quienes nada les sale bien, la prueba elegida consiste en una vida de decepciones, a fin de ejercitar la paciencia y la resignación. Si unos individuos se libran de un peligro mortal y caen en otro, como si los persiguiera la muerte, eso es parte de la prueba, y en caso de peligro de muerte del individuo, solo es fatal el instante de la muerte; y al llegar ese momento, nada podrá impedirlo. Los peligros sin riesgo de muerte son una advertencia que el Espíritu elige en el plan prenatal a fin de apartarse del mal y hacerse mejor.

“Lo que ha de ser será”, “lo que ha de suceder sucederá” es la percepción que tendría el ser humano si tuviera la potestad de **conocer el porvenir**, y muy poco haría por el presente y actuaría con muy poca libertad, a la espera de que sucediera lo que, a su parecer, sucederá; así, se abstendría de cooperar en la realización de las cosas, incluso de aquellas a las que se opondría o, peor aún, la perspectiva de un acontecimiento podría despertarle pensamientos buenos o malos, según esté más o menos adelantado en su desarrollo moral. El porvenir es el objetivo que se debe alcanzar mediante esfuerzo propio, sin conocer la serie de pasos necesarios para lograrlo. El objetivo de cada prueba es permitir al ser humano la responsabilidad completa de su acción, pues su libre albedrío le concede la potestad de realizarla o de abstenerse de realizarla. Es similar al proceso académico en la universidad: por más convicción que se tenga de que el estudiante aprobará, solo se concede el título al estudiante que pase el conjunto de pruebas.

7.6.10 Ley de justicia, amor y caridad (Kardec, 2008, pp. 469-477)

Esta ley resume las anteriores, es la más importante de todas, y permite al ser humano progresar mucho más en la vida espiritual. Una facultad innata del ser humano es el sentimiento de **justicia**; en sí, la justicia consiste en el respeto a los derechos de cada cual, está presente en todos los individuos, y se destaca mucho más en los individuos simples y primitivos que en individuos letrados y eruditos. El hecho de considerar justo o injusto algo que otros individuos consideran injusto o justo está determinado por la diferencia en el grado de progreso moral de cada cual y por la mezcla de pasiones con ese sentimiento.

La ley natural y la ley humana determinan los derechos; ley natural es eterna, inmutable, y las leyes humanas cambian con el paso del tiempo y según los lugares, por la fuerza de las circunstancias, por las necesidades diferentes y posiciones sociales adecuadas a esas necesidades, por el progreso moral gradual, y cambiarán mucho más aún, hasta que estén en armonía con las leyes divinas; las leyes humanas regulan solo ciertas relaciones sociales, y en muchos casos son contrarias a la justicia, y en la esfera de la vida privada muchos actos competen de modo exclusivo al tribunal de la consciencia.

La esencia social del ser humano exige y garantiza la necesidad de vivir en sociedad, la cual otorga derechos e impone deberes recíprocos, y quien los cumple será siempre justo. Cada cual desea ver respetados sus derechos, y, en cuanto a su interacción con los demás, en especial en momentos o situaciones de incertidumbre o en circunstancias determinadas, debe hacer uso del santo y seña que el divino maestro Jesús de Nazaret nos deja en herencia y que está escrito en la conciencia de todos: *“Haz por los otros lo que deseas que los otros hagan por ti”*, *“Desea para los otros lo que deseas para ti”*; este criterio es de verdadera justicia, porque el punto de partida es desear el bien para el prójimo, y ello extiende el bien hacia nosotros. El carácter sublime de la doctrina de amor de Jesús, el Cristo, ha sido tomar el derecho personal como base del derecho del prójimo.

Los **derechos naturales** son eternos, de carácter universal y para todos los seres humanos, y en el proceso de evolución surgirán los hombres y mujeres con progresos morales mayores que los destacarán ante sus semejantes por sus virtudes y su sabiduría, y ellos serán quienes dirijan las sociedades como consecuencia de la autoridad de sus virtudes y su sabiduría.

El primero de los derechos naturales del ser humano es el derecho a la vida, y nadie tiene el derecho de atentar contra la vida de su semejante ni de comprometer su existencia corporal. El derecho a la vida exige la obtención del sustento por medio del trabajo honrado, útil y de beneficio para la sociedad, y debe hacerse en familia, pues con la interacción entre ambos géneros, la convivencia conyugal y el maravilloso proceso de la procreación se cooperan y se ayudan mutuamente a enaltecer el Espíritu, a superar las pruebas de la vida, a enriquecer la vida en este bello y maravilloso planeta, y a disfrutar y defender los **bienes y propiedades** legítimos adquiridos sin perjudicar al prójimo.

“Amaos los unos a los otros como hermanos”, fundamento de la doctrina de amor del divino maestro Jesús de Nazaret, que muchos escuchamos y recordamos pero que muy pocos practican, es la enseñanza de la cual se desprende *“Benevolencia para con todos, indulgencia para con las imperfecciones de los demás, perdón de las ofensas”*. El complemento de la ley de **justicia** es el **amor** y la **caridad**, porque al hacer al prójimo todo el bien que nos es posible es una genuina expresión de amor. Ese es el sentido de sus palabras. De igual modo, su enseñanza de la caridad va más allá de la limosna, pues comprende las relaciones con nuestros semejantes, con quienes debemos ser amables, bondadosos, fraternales, generosos, en especial indulgentes, y deseamos y

esperamos que ellos sean así con nosotros. Incluso a los individuos con quienes hace falta simpatía entre Espíritus y, por ende, los sentimientos por ellos son diferentes de amor tierno y apasionado, se debe perdonarlos y devolverles bien por mal.

Y en cuanto a los individuos que tienen como prueba la desdicha que se expresa en condiciones de extrema pobreza, degradados moral y físicamente o embrutecidos, reducidos a la mendicidad, a pedir limosna, es necesario proveerles la vida de subsistencia sin humillarlos, ir a su encuentro sin esperar a que ellos tiendan la mano.

En virtud de la preservación de la especie humana, la naturaleza concede a la mujer inteligencia y sensibilidad, y más a la madre el **amor materno** por sus hijos para garantizar el desarrollo y el progreso de estos, y ese amor permanece durante toda la vida e implica dedicación y abnegación virtuosas. Así lo enseña san Vicente de Paul: “El amor es la ley de atracción para los seres vivos y organizados. La atracción es la ley del amor para la materia inorgánica”.

7.7 “Muchas moradas tiene la casa de mi Padre” (Kardec, 2009a, pp. 75-88)

Miles de millones de personas en la actualidad creen, como se creía en la Antigüedad, que somos los únicos seres humanos en el universo y que Dios creó todos los astros y estrellas del firmamento solo para alegrar nuestros ojos o incluso quizá para estimular nuestra inspiración artística o mística. Por lo general, tal vez a partir de esa idea, desde nuestra infancia nos preguntamos adónde van las almas después de desencarnar, es decir, tras romperse el vínculo intangible entre el cuerpo y el alma, o sea, el proceso que se define con las palabras dejar de existir, expirar, fallecer, fenecer, morir, perecer. Quisiéramos saber, entonces, adónde van:

- Las almas de las personas que solo han hecho el bien.
- Las almas de aquellas que hicieron el bien que fue posible.
- Las almas de quienes pudieron hacer mucho más, pero que, por su egoísmo y enfocadas solo en sus propios intereses, olvidaron mirar a su alrededor y ver que existen dolores y penas mucho mayores.
- Las almas de las personas que, por la dureza de sus corazones, insistieron en practicar el mal.

Entre las parábolas del divino maestro Jesús de Nazaret se destaca una de sus enseñanzas: “*Muchas moradas tiene la casa de mi Padre*”, y su sentido es el siguiente:

La casa del Creador Supremo es el universo, y el universo comprende la infinitud de mundos que vemos y los que no vemos, todos los seres animados y seres inanimados, y todos los astros que se mueven en el espacio y los fluidos que llenan ese espacio; las diferentes moradas son los mundos que circulan en el

espacio infinito y ofrecen a los Espíritus encarnados moradas adecuadas a su grado de evolución y progreso (Kardec, 2009a, pp. 75-77).

La enseñanza de Jesús al respecto consiste en que *existen otros mundos donde cada uno de nosotros podrá habitar según lo que haya hecho de bien y de bueno*.

Los Espíritus superiores nos muestran –por medio de Allan Kardec– que solo así la Justicia Suprema tiene sentido, entonces esas palabras de Jesús nos traen un consuelo inmenso: renuevan nuestras esperanzas y nos fortalecen para seguir avanzando en nuestro proceso de transformación moral y espiritual, para ser mejores seres humanos cada día, en la búsqueda constante, genuina, profunda y sincera de transformar nuestros sentimientos de víctimas eternas de la vida, de dolencias y baja autoestima, por pensamientos de alegría por el simple hecho de disfrutar de la maravillosa experiencia de la vida, por pensamientos de agradecimiento a Dios por permitirnos realizar cosas pequeñas o cosas grandes, por ser semillas divinas que Dios esparció por el universo, a fin de crecer en amor y en comprensión de las leyes divinas, las cuales rigen siempre en todo el universo, sobre todo lo que existe.

7.7.1 Mundos superiores, mundos inferiores

En el planeta Tierra viven miles de millones de personas y todas somos diferentes. De igual manera, existen miles de millones de mundos y todos son diferentes y están habitados por seres humanos en sus diferentes grados de evolución y progreso. La especie humana comprende todos los seres dotados de razón que pueblan los innumerables mundos del universo, y en la Tierra habita solo una ínfima parte de la humanidad.

Todos los mundos tienen condiciones diferentes los unos de los otros. En los mundos inferiores la existencia es material por completo, imperan los instintos y las pasiones, y la vida moral es inexistente. A medida que la vida moral se desarrolla, la influencia material disminuye, de modo que en los mundos más avanzados la vida se hace más espiritual y menos material, hasta hacerse plenamente espiritual en los mundos superiores.

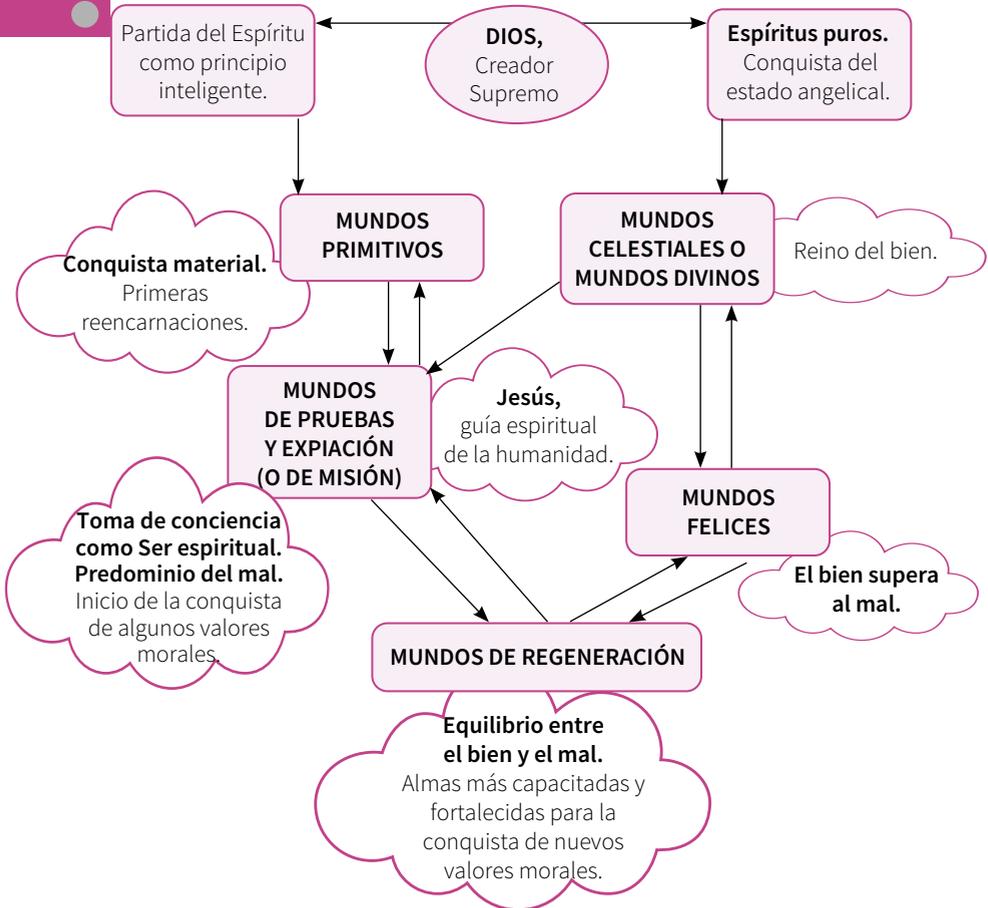
En forma general, según sus grados más evidentes de desarrollo moral, los mundos se clasifican en cinco grandes grupos:

1. **Mundos primitivos**, hogar de los seres humanos en las primeras encarnaciones de su alma.
2. **Mundos de prueba y expiación (o de misión)**, donde el mal predomina sobre el bien.
3. **Mundos de regeneración**, donde el bien y el mal están equilibrados, y las almas logran fuerzas nuevas y más capacidades para la conquista de nuevos valores morales.
4. **Mundos felices**, donde el bien predomina sobre el mal.

5. Mundos celestiales o mundos divinos, morada de los Espíritus purificados, donde el bien reina eternamente:

Los Espíritus encarnados en un mundo cumplen allí unas fases de perfeccionamiento progresivo y allí encarnan las veces que necesiten hasta lograr el máximo grado de evolución que ese mundo permite, entonces pasan a otro mundo más avanzado, y así sucesivamente hasta llegar al estado de Espíritus puros. Esos mundos son otras tantas estaciones, en cada una de las cuales encuentran elementos de progreso proporcionados a su adelanto. Es una recompensa pasar a un mundo más elevado, y es un castigo prolongar su estadía en un mundo infeliz o ser relegados a un mundo más infeliz que aquel que están obligados a dejar cuando se obstinan en el mal. (Kardec, 2009a, pp. 77-78)

Figura 7.1. Solidaridad entre los seres humanos y los mundos.



(Diagrama elaborado por el autor).

Al evolucionar moralmente la humanidad, se modifica la atmósfera psíquica que rodea el planeta donde esa humanidad vive, permitiendo que generaciones más desarrolladas en inteligencia y moralidad puedan llegar a habitarlo. En el planeta Tierra el ser humano ha desarrollado, por medio de su inteligencia y su trabajo, progresos incontables y resultados sorprendentes en todos los campos de la actividad humana, sea en las ciencias, las artes o el bienestar material. Aún falta un inmenso progreso por realizar: *asegurar el bienestar moral, hacer reinar en todos nosotros la caridad, la fraternidad y la solidaridad.*

Nuestro planeta está en franco proceso de modificación de las inteligencias y los sentimientos. Un cambio *de mundo de prueba y expiación a mundo de regeneración* sucede a nuestro alrededor. Somos testimonios de ese proceso porque tenemos conciencia de que en la Creación todo es armonía, todo revela la Sabiduría Suprema, y debemos pensar, hablar y actuar de modo diferente de como lo hacíamos antes.

Pero parece aun posible que existe otra forma de entender las palabras de Jesús. El divino maestro nos invita a establecer en nosotros el **reino de Dios**, es decir, a ceñirnos a la **ley de amor**, ley mayor que gobierna todo el universo y a todas las criaturas existentes, sean seres humanos o galaxias. Nos convoca a establecer en nuestros corazones la armonía con todo a nuestro alrededor, pues todo emana del Creador Supremo, comenzando por nosotros mismos, y a ampliar esa atmósfera de paz a nuestros familiares y extenderla a toda la humanidad.

Y mientras logramos tener esa plena conciencia de hijos de Dios pasaremos por varios estadios evolutivos, pues el progreso espiritual se hace lentamente, y cada una de esas etapas será una morada provisional donde habitaremos durante algún tiempo, hasta lograr hallar nuestra morada definitiva: *un lugar de luz, paz y fraternidad*, que son ingredientes de la felicidad plena, porque tendremos todo eso en nuestros corazones para siempre.

Así será, sin importar de qué modo comprendamos la enseñanza de Jesús: *“Muchas moradas tiene la casa de mi Padre”*. Lo importante es saber que solo depende de nosotros encontrar esa morada. Al experimentar actitudes íntimas de equilibrio y armonía con nosotros mismos, con nuestros semejantes y con la naturaleza, con toda certeza estamos ampliando y extendiendo esa misma atmósfera en el medio social donde estemos. Y si muchos de nosotros ya viven así, unidos por el amor fraternal, ciertamente crearemos un mundo mejor, sin importar dónde estemos.



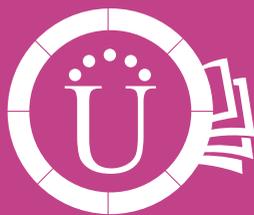


REFERENCIAS

- Arcos Rodríguez, V. A. (2021). Funciones ejecutivas: Una revisión de su fundamentación teórica. *Poiésis*, (40)39-51. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.4051>
- Bonilla, E. (2011). Experiencias cercanas a la muerte. *Investigación Clínica*, 52(1), 69-99. https://ve.SciELO.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0535-51332011000100008&lng=es&tlng=es
- Burpo, T. y Vincent, L. (2010). *Heaven is for Real: A Little Boy's Astounding Story of His Trip to Heaven and Back*. Editorial Thomas Nelson. [Edición en castellano: El cielo es real. Editorial Zenith, 2012].
- Carmona R., I., García P., A. y Segovia V., S. (2017). *Mindfulness*: mejorar la resistencia psicológica del combatiente. *Revista del Ejército de Tierra*. ISSN 1696-7178. 921: 52-57, (diciembre).
- Carrillo Viguera, J., Gómez López, M. y Vicente Nicolás, G. (2009). Mejoría de la calidad de vida de los mayores a través del *taichí* y del *chi kung*. *Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 16(86-91). ISSN 1579-1726.
- Cembrero García, A. (2017). *El poder de la mente frente a la enfermedad*. [Trabajo de fin de grado] Universidad de Valladolid.
- Clark, M. (2022). A Replay of Life: What Happens in Our Brain When We Die? (Una repetición de la vida. ¿Qué sucede en nuestro cerebro cuando morimos?) *Frontiers in Aging Neuroscience*. <https://blog.Frontiersin.org/2022/02/22/what-happens-in-our-brain-when-we-die/>
- Cruz Campos, M. I. (2017). *Experiencias cercanas a la muerte*. [Grado en Psicología. Trabajo de fin de grado] Universidad de Jaén. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación.
- De Arganda del Rey, C. (julio 14, 2021). ¿Qué es el periespíritu? [Video]. Rodrigo González Prieto. <https://WWW.YouTube.com/watch?v=eFX1qXzIONk>
- El Heraldo de México (2022). ¿Cómo descubrir quién fuiste en tu vida pasada? 5 señales de que has reencarnado. <https://HeraldodeMexico.com.mx/tendencias/2022/2/15/como-descubrir-quien-fuiste-en-tu-vida-pasada-senales-de-que-has-reencarnado-379008.html>

- Engel, G. L. (1977). La necesidad de un nuevo modelo médico. Un desafío para la biomedicina. *Revista Science*, 196(3), 129-136.
- Fernández-Carballosa, C. R., Raad-García, C., Góngora-Parra, K. B., Aponte-Ramírez, L. (2018). De la mente a la célula, la psiconeuroinmunoendocrinología. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 43(6 Especial: FiloArtMed). <http://WWW.RevZoiloMarinello.sld.cu/index.php/zmv/article/view/1683>
- Hall, J. y Hall, M. (2021). *Tratado de fisiología médica*. Madrid: Elsevier.
- Instituto Qigong [Página web]. (2016). <https://InstitutoQigong.com/definicion/>
- Jacobs, G. (2001) La fisiología de la mente y el cuerpo. Interacciones. La respuesta al estrés y la respuesta de relajación. *El Diario de la Medicina Alternativa y Complementaria*, 7(1), 83-ss-92.
- Jahi McMath, caso (2018). Winkfield versus Children's Hospital Oakland et al. https://en.Wikipedia.org/w/index.php?title=Jahi_McMath_case&oldid=1104294071
- Kardec, A. (2008). *El libro de los Espíritus*. Consejo Espírita Internacional.
- Kardec, A. (2009a). *El Evangelio según el espiritismo*. Consejo Espírita Internacional.
- Kardec, A. (2009b). *El libro de los médiums*. Consejo Espírita Internacional.
- Kardec, A. (2009c). *Qué es el espiritismo*. Consejo Espírita Internacional.
- Kardec, A. (2010a). *La génesis. Los milagros y las predicciones según el espiritismo*. Consejo Espírita Internacional.
- Kardec, A. (2010b). *El cielo y el infierno. La Justicia Divina según el espiritismo*. Consejo Espírita Internacional.
- Lázaro Pérez, C. (2016). *La conciencia en el umbral del tránsito. Experiencias cercanas a la muerte*. [Tesis doctoral]. Universidad de Murcia.
- Long, J. y Perry, P. (2011). *Evidence of the Afterlife: The Science of Near-Death Experiences*. Amazon.
- McEwen, B. S., Gray, J. D. y Nasca, C. (2015). 60 Years of Neuroendocrinology. Redefining Neuroendocrinology: Stress, Sex, and Cognitive and Emotional Regulation. *Journal of Endocrinology*, 226(2), T67-T83.
- Moraes, A. P. Q. de (2009). *El libro del cerebro* (vol. 1). Editora Duetto.
- Moscoso, M. S. (2010). El estrés crónico y la terapia cognitiva centrada en *mindfulness*. *Una nueva dimensión en psiconeuroinmunología*. Universidad de Florida del Sur.
- Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2021). Día Mundial de la Salud Mental. <https://WWW.Paho.org/es/campanas/dia-mundial-salud-mental-2021>
- Ramírez Vargas, J. C. (2022). *Metodología neurointegral*. Editorial Universidad Nacional de la Amazonia Peruana.
- Ramírez Vargas, J. C. (2019). *Inteligencia neurointegral*. Amazon.

- Real Academia Española [RAE] (2014). *Diccionario de la Lengua Española* (DLE), edición 23.
- Schwartz, R. (2010). *El plan de tu alma*. Editorial Sirio. [Edición en inglés: *Your Soul's Plan: Discovering the Real Meaning of the Life You Planned before You Were Born*]. North Atlantic Books.]
- Solomon, G. F. (2001). *Psiconeuroinmunología: Sinopsis de su historia, evidencias y consecuencias*. Segundo Congreso Virtual de Psiquiatría, Interpsiquis 2001.
- Solomon, G. F., Vicente, R. (2001). Tres Iniciados (1908). *El Kybalion*. <http://Sociedad-Teosoficapr.org/Biblioteca/El%20Kybalion.pdf>
- Tres Iniciados (1908). *El Kybalion*. <http://SociedadTeosoficapr.org/Biblioteca/El%20Kybalion.pdf>
- Vicente, R., Rizzuto, M., Sarica, C., Yamamoto, K., Sadr, M., Khajuria, T., Fatehi, M., Moien-Afshari, F., Haw, C. S., Llinás, R. R., Lozano, A. M., Neimat, J. S. y Zemmar, A. (2022). Interacción mejorada de coherencia neuronal y acoplamiento en el cerebro humano moribundo. *Frontiers in Aging Neuroscience*. <https://WWW.Frontiersin.org/articles/10.3389/fnagi.2022.813531/full>. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2022.813531>
- Vox (1967). *Diccionario manual griego clásico-español*. Vox Editores. <https://WWW.Vox.info/libro/diccionario-manual-griego-griego-clasico-espanol/>
- Wikipedia. Movimiento por la Templanza. https://es.Wikipedia.org/w/index.php?title=Movimiento_por_la_Templanza&oldid=145152380



Sello Editorial

Universidad Nacional
Abierta y a Distancia

**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA
Y A DISTANCIA (UNAD)**

Sede Nacional José Celestino Mutis
Calle 14 Sur 14-23
PBX: 344 37 00 - 344 41 20
Bogotá, D.C., Colombia

www.unad.edu.co

