

Espiritualidad

¿Qué es la espiritualidad? La espiritualidad no es lo mismo que la religión. Puede existir religión sin espiritualidad, y la espiritualidad puede aportarnos un sentimiento de lo sagrado que es común a muchas religiones y sin embargo no necesita expresarse a través de ninguna de ellas. Pero para muchas personas, la palabra "religión" se ha vuelto una mera etiqueta, relacionada con rituales o incluso con fundamentalismos, con poca o ninguna espiritualidad. Aún así, el significado etimológico de religión es "religar o reconectar" sugiriendo una unión del ser con la Fuente espiritual. Y ese significado es muy espiritual, de hecho es el verdadero propósito de la espiritualidad.

La espiritualidad empieza con entendimiento. A veces puede parecer que viene de forma repentina y a veces viene sólo gradualmente, pero viene y se hace más profundo en nuestro interior hasta el punto en que aplicamos lo que entendemos en nuestras vidas. Los tres conceptos más importantes que forman la base del entendimiento espiritual son:

1. La comprensión de nuestro propio ser y cómo nos vemos en relación al mundo.
2. El entendimiento de la Fuente o Ser Supremo y mi relación con Él.
3. El entendimiento de la ley de causa y efecto o "karma"

La espiritualidad nunca se puede disociar de nuestro estilo de vida. La espiritualidad es esa energía no-material que de hecho fortalece y gobierna nuestra vida y cada acción que realizamos. Si pensamos que tenemos que renunciar al mundo e ir y sentarnos en la cima de una montaña o simplemente aceptar una serie de creencias religiosas a fin de ser "espirituales" entonces falta algo en nuestro entendimiento de lo que significa espiritualidad.

Así como existen leyes que gobiernan la materia, del mismo modo hay leyes espirituales. La ley del Karma, la ley espiritual de causa y efecto, nos informa de nuestra propia responsabilidad en relación a cómo nos comportamos y la consecuencia de nuestras acciones. El entendimiento del alma y el Ser Supremo son también muy relevantes y aplicables a nuestras vidas. Tal conocimiento intrincado y maravilloso se ha de estudiar y experimentar en la práctica para obtener los resultados deseados: un mayor equilibrio y estabilidad y el sentimiento de desarrollar nuestro verdadero potencial interior.

08009 Barcelona

T. 34 93 4877667 / 7874

Fax 34 93 4877638

E-mail: reflexiones@aembk.org

Web internacional: www.bkwsu.org

Web nacional: www.bkwsu.org/spain