	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato SA-FR-13
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	Versión: 1
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Fecha: 13/02/14
	MENSAJE A PADRES	Página 1 de 3

DD	MM	AA
26	3	2020

Sección: Londoño Barajas, JIM y Fco de Paula Santander

INVITACIÓN A UNA REFLEXIÓN SOBRE UN FACTOR PROTECTOR EN SALUD MENTAL: LA ESPIRITUALIDAD


por: **Marcelino Bello P**

A propósito de la actual extensión de la pandemia del Coronavirus, expertos nacionales e internacionales señalan que la humanidad parece vivir un momento aterrador dada la inmensa cantidad de seres humanos que podrían morir, especialmente en algunos de los países más pobres de **Asia, África y Suramérica, no solo por el virus sino por la hambruna que pueda presentarse, dada la crisis económica en la que nos vemos envueltos por la globalización de la economía.**

Los líderes de las grandes potencias se piensan reunir muy pronto, para intentar definir conjuntamente medidas y políticas buscando afrontar de la mejor forma esta inesperada y difícil situación. Sin embargo, ya se notan dos posturas que controvertirán allí: los defensores de la vida y de la vida humana versus los defensores de la economía. Por ejemplo, ante lo que sugiere la Organización mundial de la salud (OMS), el presidente estadounidense argumenta que si se prolonga la cuarentena “Vamos a perder a más gente si llevamos al país a una recesión, miles podrían suicidarse”. Se cita acá esta situación porque ella nos desnuda plenamente lo que esta crisis ha puesto de manifiesto, la controversia entre dos sistemas de valores en la humanidad, los que defienden lo materialista y mundano versus los defensores de una sociedad más humanizada, ecológica y con un ideal trascendente, es decir, espiritual.

La mayor parte de estudiosos y especialistas en Salud Mental, incluida la OMS, vienen indicando que el componente de la espiritualidad es infaltable hoy en la comprensión del concepto de Salud integral y su cuidado. La espiritualidad la consideran un factor protector indispensable para vivir vidas humanas llenas de imperfección, ignorancia, riesgo e incertidumbre. La invitación a esta reflexión hoy aquí, es a que consideremos así sea sencilla y rápidamente, qué es la espiritualidad y su decisivo aporte a nuestras vidas, como personas, como sociedad y como cultura. Iniciando digamos que espiritualidad es aquello que paso a paso nos nutre para lograr convertirnos, como personas, como sociedad y como cultura, en canales de lo bueno, lo bello, lo verdadero y lo justo, ojalá todo ello junto o integrado. En otras palabras, lo espiritual es aquello que nos acerca a lo que nos ayuda a encontrar auténtica paz y armonía en nuestras vidas y la de nuestro planeta.

En ese sentido, todos hemos visto asombrados por estos días, la recuperación ecológica tan veloz que va teniendo la naturaleza y los animales por el encierro al que hemos estado sometidos los seres humanos en nuestras casas, con pocos vehículos transitando y, por tanto, la detención de la producción de muchas de las industrias más contaminantes de la tierra, el agua y el aire.


	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato SA-FR-13
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	Versión: 1
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Fecha: 13/02/14
	MENSAJE A PADRES	Página 2 de 3

Obviamente también han disminuido los atracos, robos, asesinatos, guerras y hasta el consumo de psicoactivos, y en general, los demás fenómenos de la crisis social y mental a la que veníamos acostumbrados como si fuese algo normal. Pareciera entonces que con estos pocos días de cuarentena estamos asistiendo a una mayor comprensión individual, social y cultural de los diversos daños que veníamos causando con nuestro estilo de vida individualista, competitivista, materialista, consumista y antiecológico desbordado, y por tanto, estamos siendo en cierta manera forzados a reflexionar lo necesario para la verdadera salud del planeta entero, de que debe emerger una nueva consciencia humanista y más ecologista. Muchos ya estamos cayendo en la cuenta que todos debemos buscar cómo realizar y aportar a una profunda transformación del actual **espíritu** humano, de nuestros hábitos, mentalidad, certezas y valores tan egotistas e inmediatistas, por unos más equitativos, solidarios o fraternos con todas las especies, altruistas, vitales y trascendentes. En síntesis, que el amor, como nos dice cierto cantautor, deje de ser sustantivo para convertirse en auténtico verbo, o que deje de ser teoría y prédica y se convierta en práctica. “Por sus obras los conoceréis y por sus frutos sacareis el árbol” nos enseñó el Divino Maestro. En una palabra, eso es la Espiritualidad: la PRACTICA COTIDIANA del AMOR.

Quisiéramos que, para finalizar este documento, todos nos sintiéramos convocados en la comunidad educativa del COLEGIO DE BOYACA a efectuar la lectura y compartir sus comentarios en esta cuarentena, del bello texto que aparece enseguida escrito hace años por la filósofa Delia Steinberg Guzmán titulado “Navegar contra corriente”.

Navegar contra corriente es:

- Remontar un río cuando éste baja hacia el mar.
- Enfrentar las olas que van a deshacerse en las playas.
- Caminar de frente, dando la cara al viento.
- Ayudar a la Naturaleza cuando todos tienden a ensuciarla y destrozarla.
- Valorar la vida cuando todos parecen trabajar a favor de la muerte.
- Mirar los árboles, los animales y las piedras con el mismo respeto que a los humanos.
- Conseguir un aire puro cuando todos se esfuerzan por contaminarlo.
- Sentirse libre ante las variadas máscaras de esclavitud con que tratan de engañarnos.
- Conservar las propias ideas cuando todos cambian según la moda.
- Vivir un Ideal cuando todos reniegan de todo.
- Buscar la Belleza cuando todos la desprecian.
- Ir en pos del Bien cuando todos tratan de hacer y hacerse daño.
- Velar por la Justicia cuando todos la quebrantan.
- Sostener la virtud cuando todos alaban el vicio.
- Alimentar los sentimientos superiores cuando todos se inclinan por las bajas pasiones.
- Ser veraz para enfrentar la mentira.
- Profesar el auténtico conocimiento allí donde se elogia la ignorancia.
- Conservar el sentido común en medio de la locura.
- Mantener la serenidad cuando alrededor cunde la angustia.

	COLEGIO DE BOYACÁ	Formato
	SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN	SA-FR-13
	PROCESO PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	Versión: 1
	MENSAJE A PADRES	Fecha: 13/02/14
		Página 3 de 3

- Vivir la Fraternidad mientras unos y otros se aíslan y se dividen.
- Amar la paz en medio de un mundo agresivo.
- Ser valiente en medio de un mundo débil.
- Promover el entendimiento entre las gentes cuando todos cierran las puertas de su Yo interior.
- Ser generoso cuando todos se vuelven avaros.
- Fomentar el amor allí donde crece el odio.
- Saber escuchar mientras todos pretenden hablar.
- Disfrutar del silencio cuando sólo cunde el ruido.
- Apreciar el trabajo por encima del ocio.
- Desarrollar la voluntad por encima de los instintos.
- Perseverar en la condición de ser humano a pesar de las circunstancias adversas.
- Tener fe cuando todos dudan.
- Creer en Dios cuando todos lo niegan.
- Levantar los ojos al cielo cuando todos se arrastran por el suelo.
- Cabalgar en las estrellas al compás del Ritmo Universal.