

5. El espíritu humano - somos más que materia

Los seres humanos tienen una serie de capacidades que no pueden explicarse únicamente por la "química". Hay algo en el ser humano que va más allá de la materia. Sólo identificando este componente podremos responder a la pregunta original de dónde procede la enfermedad. Como se ha demostrado, el cerebro en sí no puede pensar de forma independiente, ya que es un elemento puramente material. El cerebro no puede ser el origen de los pensamientos. Aunque es absolutamente necesario para pensar, no puede pensar de forma independiente.

Pero ¿cuál es entonces el origen del pensamiento? Todo lo que pude encontrar fue que los humanos y los animales deben tener un espíritu. Un espíritu es invisible y no se puede detectar físicamente de forma directa, pero sin embargo hay pruebas claras que confirman su existencia.

Evidencias de la existencia de un espíritu (inmaterial):

1. Las necesidades espirituales de los seres humanos y los animales

Hay toda una serie de necesidades espirituales que pueden observarse tanto en los humanos como en los animales, por ejemplo: libertad, seguridad, curiosidad o conocimiento y muchas otras. Así mismo, las necesidades espirituales de los humanos sin duda van mucho más allá de las de los animales, por ejemplo, en lo que respecta a la justicia, la verdad, la responsabilidad, la moralidad, el aprecio, etc. Sería imposible enlistar todas las necesidades espirituales humanas ya que son inagotables, pero todas ellas tienen en común que NO son de naturaleza química; no existe una pastilla llamada "libertad".

Las necesidades como tales deben ser solicitadas por una entidad. Si esta entidad no existe, la necesidad tampoco tiene sentido porque no es necesaria. Hay una entidad en el hombre que exige necesidades espirituales, pero ¿qué es? ¿Qué o quién en el hombre quiere libertad? ¿Nuestras células cerebrales anhelan estas necesidades espirituales? ¿O acaso el corazón, el hígado o el estómago necesitan libertad o armonía? ¿Es posible que las células cerebrales necesiten la comprensión de otras personas para funcionar? ¿Puede una célula protestar y enfadarse cuando se comete una injusticia contra ella misma o contra otra persona?

Obviamente, estas cosas no son posibles. Por lo tanto, debe haber algo en los seres humanos, así como en los animales, que tenga necesidades espirituales. Tiene que haber una entidad que pueda distinguir entre la verdad y la mentira, la justicia y la injusticia, la seguridad y la inseguridad, y que pueda distinguir entre un acto de amor y la falta de bondad. Es evidente que el ser humano es capaz de ello. ¿De dónde viene esta capacidad? No tenemos otra explicación que el hecho de que el ser humano debe ser algo más que materia. Puesto que ahora ya conocemos el término de entidad espiritual, cuya existencia no podemos negar, está claro que tenemos un espíritu.

2. La dependencia del cuerpo con respecto al espíritu

Nuestro cuerpo, compuesto de química, tiene necesidades físicas similares a las de una planta, que no puede satisfacer por sí mismo. Al igual que una planta depende de la naturaleza o de los seres humanos para que le proporcionen agua para poder absorberla, nuestro cuerpo también depende del espíritu para satisfacer sus necesidades físicas. Entonces, el cuerpo señala sus necesidades mediante el hambre y la sed, el frío y el sudor. De este modo, el cuerpo muestra al espíritu lo que le falta o le sobra. El cuerpo no puede proveerse a sí mismo de alimentos y agua. Sólo el espíritu puede proporcionar al cuerpo alimentos, agua, oxígeno, etc. El cuerpo luego toma estos elementos y los utiliza para satisfacer sus necesidades, los procesa, pero no puede "procurárselos" por sí mismo. Es el espíritu el que controla el cuerpo. Sólo entonces el ser humano puede moverse e ir a la nevera o a la fuente de agua, etc.

Sin espíritu, el cuerpo no podría cuidar de sí mismo. Por eso el cuerpo envía señales al espíritu para que satisfaga lo que al cuerpo le falta. El hambre proviene de las células, pero una célula no puede sentir hambre. Por lo tanto, el hambre no es una señal de célula a célula, sino de célula (materia) a espíritu. Y este último puede entonces satisfacer la necesidad del cuerpo o negarse a hacerlo. Esto nos lleva a la tercera prueba de la existencia de un espíritu.

3. Las necesidades espirituales tienen prioridad sobre las necesidades físicas

Si surge un conflicto en la vida de una persona donde tiene que decidir entre el "amor" (como término para las necesidades espirituales) y la vida, el amor es más importante que la vida. He visto esta priorización de necesidades una y otra

vez. Hay muchos matrimonios en los que ambos quieren morir antes que el otro, porque no quieren vivir solos. Un paciente anciano me dijo que está preparado para que, en caso de que su mujer muera antes que él, él también muera inmediatamente después de ella. En el caso de un joven, fue trágico que su novia pusiera fin a la relación. Como no podía soportarlo, agarró la pistola de su padre, invitó a la chica a dar un paseo y después de dispararle a ella, se disparó a sí mismo también.

He observado claramente que mis pacientes dan prioridad a sus necesidades espirituales sobre las físicas. Lo vemos también en la vida cotidiana, cuando la gente sacrifica la comida, el sueño y el descanso sólo para satisfacer sus deseos espirituales. Lo vemos especialmente entre los adolescentes, por ejemplo, cuando en una fiesta no prestan demasiada atención a sus necesidades físicas, porque satisfacer sus necesidades espirituales es más importante que la vida.

Sin excepción, todas las personas estarían insatisfechas con el simple hecho de existir. A menudo he preguntado a mis pacientes: "¿Estarías satisfecho si *te limitaras a vivir?*". Nadie responde que la vida por sí sola les bastaría. Toda persona tiene una razón de existir, que le da sentido a su vida, sin la cual no estaría satisfecha. He observado que es precisamente la (supuesta) pérdida del sentido en la vida lo que conduce al estrés mental, que luego se manifiesta como enfermedad en el cuerpo. La enfermedad no es el resultado de que una persona luche por su "vida", sino más bien es el resultado de que no pueda cumplir o realizar el "sentido" de su vida o de haber perdido ese sentido de vida que le impulsaba a vivir.

La adicción también tiene que ver con la realización del sentido de vida, no con la vida misma. A medida que aumenta el estrés o angustia espiritual, la persona se vuelve más y más dependiente a su adicción. El sentido de vida siempre está por encima de la vida, lo que demuestra que el espíritu está por encima del cuerpo y que las personas prefieren renunciar a la vida antes que no alcanzar su sentido de vida.

Según esto, la pirámide de Maslow está construida al revés. Se compone principalmente de necesidades físicas y sólo en la cima se añaden los aspectos

espirituales.⁴ En realidad, en la base de la pirámide de las necesidades humanas se encuentran las necesidades espirituales, y en un segundo lugar las necesidades físicas. Es cierto que necesitamos tanto necesidades físicas como espirituales, pero las espirituales son mucho más importantes que las corporales.

Entonces, ¿qué hace que las personas sean capaces de valorar el sentido de la vida más que la vida misma? ¿Quién es la fuerza que guía al hombre? ¿Es el cerebro -es decir, el cuerpo- o el espíritu?

4. Las capacidades del espíritu superan a las del cuerpo

El cuerpo se comunica con el espíritu enviando a través de los nervios, sentimientos y emociones que describen una necesidad del cuerpo. ¿Debe el espíritu responder a la petición del cuerpo o puede negarse? La experiencia nos demuestra que, si el espíritu no quiere hacer una determinada cosa, por muchas y urgentes señales que envíe el cuerpo, seguirá sin satisfacer la necesidad del cuerpo. El espíritu es una entidad a la que no se le puede obligar a actuar.

De las funciones del espíritu, aprendí tres cosas sobre él:

1. Un espíritu es un sistema cerrado y no puede ser controlado desde el exterior. Él decide si reacciona a los factores externos;
2. Un espíritu sólo puede controlarse a sí mismo y lo hace desde dentro;
3. Un espíritu es siempre activo, nunca pasivo.

La capacidad de tomar decisiones es quizá la diferencia más evidente entre un elemento físico y uno espiritual. El elemento físico no puede decir "no", sino que obedece órdenes que vienen de fuera. Un trozo de madera no puede resistirse a que alguien trabaje sobre él. El cuerpo sólo puede reaccionar y metabolizar la química. Éste reacciona a las órdenes que recibe. A un espíritu

⁴ Maslow, A. H. (1943): Una teoría de la motivación humana. *Psychological Review*. 50 (4), S. 370-396.

no se le puede obligar a obedecer una orden, sino que actúa como resultado de su propio gobierno.

Por lo tanto, las capacidades de un espíritu son:

- a. actuar por iniciativa propia;
- b. reaccionar o no ante un estímulo externo.

Estas capacidades no se encuentran en la materia.

Para hacer una cosa determinada, el espíritu debe primero procesar información. Pero actúa por sí mismo y reacciona cuando quiere o no reacciona, rechazando los impulsos externos. Así pues, el espíritu tiene capacidades diferentes de las de la materia. No puede ser igual a la materia, y como es superior a la materia, el espíritu no puede surgir de la materia.

Cuando el cuerpo pide comida, el espíritu puede satisfacer esta necesidad. Sin embargo, el espíritu puede decidir renunciar a la comida, aunque reciba una señal urgente del cuerpo. Por eso, una persona puede hacer una huelga de hambre que ponga en peligro su vida, porque la satisfacción de una necesidad espiritual es más importante que la necesidad de alimento.

Todo esto demuestra que la materia influye en el espíritu, pero no puede controlarlo. A través de la incomodidad y el dolor, el cuerpo puede dar señales negativas al espíritu, pero las reacciones físicas no pueden obligar al espíritu a obedecer al cuerpo (materia).

Esto demuestra claramente que al espíritu no se le puede ordenar que haga algo, como ocurre con la materia. Puesto que el espíritu se controla a sí mismo desde dentro, tiene que comprobar la información que se le da para ver si corresponde a sus necesidades espirituales. Si lo que se pone a su disposición satisface sus necesidades, lo toma y actúa en consecuencia. Si no, no actúa de acuerdo con lo que se le da. A diferencia de la materia, el espíritu tiene la capacidad de decir "No".

Por ejemplo, el objetivo de la tortura es llegar al espíritu a través de los dolores causados al cuerpo. El espíritu siente y soporta la destrucción del cuerpo, pero ni siquiera este proceso puede obligar al espíritu a actuar. Muchas personas que han sido torturadas nunca cedieron, ni renunciaron a lo que

creían, por muy grande que fuera la tortura. Esto es una prueba más de que debe haber dos entidades en el hombre.



5. Los pensamientos del espíritu controlan el cuerpo

Las decisiones que se toman son órdenes dirigidas al cerebro, no señales o peticiones. El cuerpo, como elemento físico, tiene que reaccionar a lo que viene de fuera. No tiene elección. Los movimientos de las manos no son más que impulsos, órdenes del espíritu que el cuerpo ejecuta. El cuerpo no puede decir "no" a estas órdenes.

Utilizando el ejemplo de un ataque de pánico, podemos analizar la interacción entre estas dos entidades. El espíritu humano interpreta una situación como un peligro que amenaza su vida. Un segundo de miedo hace que el cuerpo libere una serie de hormonas que en milisegundos cambian todo el metabolismo corporal. ¿Tiene el cuerpo elección? No, tiene que reaccionar de la forma predeterminada. Aunque el pánico se base en una ilusión, la reacción física es la misma que si se tratara de una situación real. A veces tienes una pesadilla y luego te despiertas aliviado y te dices: "¡Sólo era un sueño!", pero, de todos modos, la reacción física sigue ahí, aunque haya sido un suceso irreal. Lo mismo ocurre con el pánico que creamos voluntariamente al ver películas.

⁵Para que el espíritu pueda controlar el cuerpo a través de los pensamientos, debe, según la ley de la naturaleza, transmitirle impulsos eléctricos. Sin ellos, el espíritu no podría poner al cuerpo en movimiento. Nuestro cerebro funciona con ayuda de la corriente eléctrica. Y estos impulsos tienen que venir de alguna parte. El cerebro no puede producirlos por sí mismo. Lo demuestra la diferencia entre una persona viva y una muerta. ¿Qué le falta al cerebro de una persona muerta? La corriente eléctrica. ¿Por qué falta? ¿Cómo llega realmente la electricidad a la corteza cerebral? ¿Quién desencadena el impulso eléctrico en el cerebro?

Al ser materia, el cerebro no es capaz de generar los impulsos eléctricos que necesita para realizar su trabajo.⁶ Si fuera capaz de proporcionarse a sí mismo los medios con los que funciona, sería una máquina de movimiento perpetuo. Pero esto anularía la ley fundamental de la dependencia y el principio de canal. Si fuera capaz de generar su propia corriente, el cerebro funcionaría de forma diferente no sólo de todos los demás órganos humanos, sino a todos los elementos observables del universo.

Es el espíritu el que desencadena el impulso de la corriente eléctrica a través de los pensamientos y las decisiones. El espíritu mantiene el cerebro "activo", por así decirlo. La electricidad se puede medir. La corriente eléctrica no es más que la acción del espíritu sobre el cerebro. Por sí solo, el cerebro no puede generar impulsos eléctricos, como puede observarse cuando una persona muere. Según la ley de la naturaleza, la persona fallecida demuestra que un ser humano vivo debe tener un espíritu.

⁵ La función respiratoria también está controlada por un proceso químico en presencia del espíritu. Este proceso químico funciona sólo mientras el espíritu lo controla, pero cómo debe funcionar no es una decisión del espíritu. A diferencia de la decisión sobre la ingesta de alimentos, la respiración puede controlarse de forma impresionante, pero no puede detenerse conscientemente de forma permanente. Por lo tanto, el control no consiste sólo en dar órdenes al cuerpo, sino también en mantener los procesos establecidos en el cuerpo dentro de un marco definido.

⁶ Se trata de impulsos de control complejos que recorren todo el cuerpo desde la corteza cerebral, no de que el cuerpo mismo suministre energía al cerebro.

Las pruebas de la existencia de un espíritu pueden resumirse de la siguiente manera:

Sin el espíritu, nosotros como humanos no tendríamos:

- actividad mental;
- necesidades espirituales;
- percepciones sensoriales (tacto, vista, olfato, gusto, oído);
- pensamientos;
- evaluación (elección entre "sí" o "no");
- responsabilidad;
- moralidad;
- espiritualidad;
- posibilidad de mover el cuerpo.

El cuerpo sin el espíritu está muerto. Así que surge inevitablemente la pregunta: si la materia no puede generar el espíritu, ¿de dónde viene el espíritu?