

Módulo del Espíritu

El módulo del Espíritu gravita en torno a lo que podríamos denominar “espiritualidad básica”, es decir, las enseñanzas, instrucciones y prácticas esenciales derivadas tanto de las antiguas tradiciones de sabiduría como de las comprensiones proporcionadas por la modernidad, la postmodernidad y el marco de referencia AQAL.



Todas estas comprensiones nos hablan de la existencia de un puñado de características que conectan y unifican todos los intentos de conocer a Dios realizados por los seres humanos. Todas ellas nos hablan de la sorprendente regularidad con la que emergen, en el universo, ciertas pautas espirituales cada vez que el corazón y la mente humana tratan de conectar con las resplandecientes dimensiones del Kosmos.

La práctica espiritual integral se basa en distinguir la presencia de tres modalidades de instrucciones:

- La Meditación (En primera persona)
- La Oración (En segunda persona)
- La Contemplación (En tercera persona)

Al conjunto de estas instrucciones o práctica le llamamos: Los 3 Rostros del Espíritu.



Los 3 Rostros del Espíritu

La Meditación, Dios en Primera Persona:



Meditación YO
SOY

Tu,

que eres el sustrato de todas las cosas
y que todo lo interpenetras,
que vives en ellas y por ellas
ánimame con tu alegría y plenitud.

Tu voluntad sea a través de mis actos:

Y que mis pensamientos sean fiel
reflejo de Tus Ideas.
Y que mis palabras contengan
la lucidez y la veracidad de Tu Presencia.
Y que mis sentimientos abriguen
la serenidad y la comprensión de Tu Amor.
Y que mis obras procuren
la esperanza de Tu Poder.

Dame visión para hallar la tranquilidad
que me permita estar en este mundo sin perderme.
Y visión para hallar la fuerza
que me permita estar en Ti sin alejarme
de este mundo.

Sé el alimento que reconforte a mi cuerpo
y provea de sosiego a mi espíritu.

Aliéntame a que cuide de mi mismo
así como de mis semejantes.

Y a la vez que libre,
haz que me sienta responsable.

Dame paz para encontrar el camino del medio,
la ruta que levita en la corriente de la fluidez.

Que así sea.

La Oración, Dios en Segunda Persona:

La oración o como lograr la relación con la consciencia plena, que tan sólo a su luz la podemos reconocer y despertar.



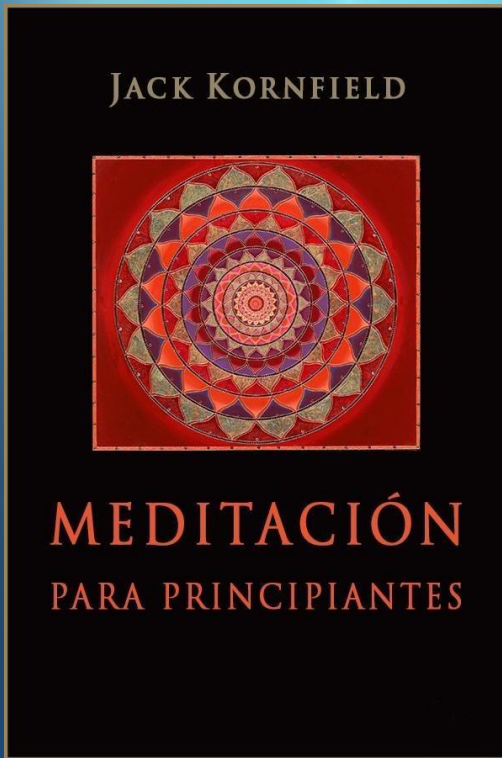
Contemplación de la Naturaleza



La Contemplación, Dios en Tercera Persona:

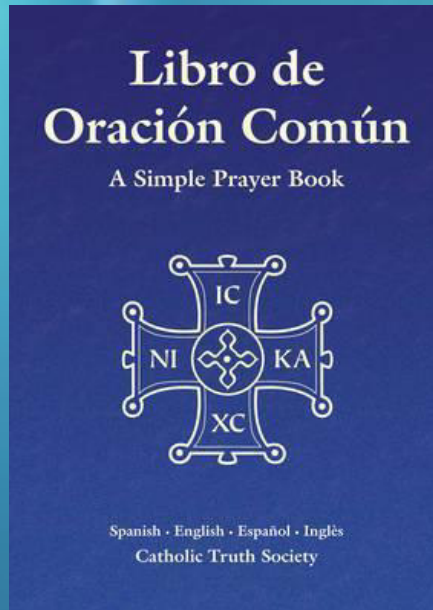
Servicio y Acción

Meditación:



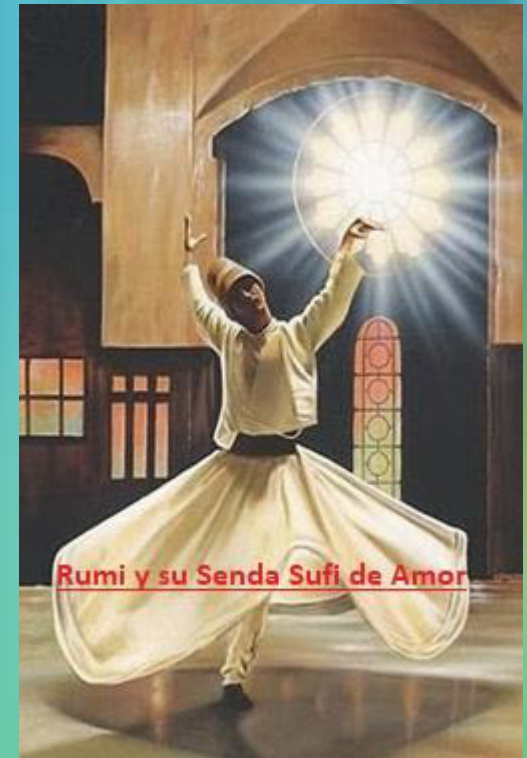
[Meditación para Principiantes](#)

Oración:



[Libro de Oración Común](#)

Contemplación



[Rumi y su Senda Sufi de Amor](#)