

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA
Estudios con Reconocimiento de Validez Oficial por Decreto Presidencial
Del 3 de abril de 1981



LA VERDAD
NOS HARÁ LIBRES

**UNIVERSIDAD
IBEROAMERICANA**
CIUDAD DE MÉXICO ®

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:
La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto
contemporáneo

TESIS

Que para obtener el grado de

MAESTRO EN TEOLOGÍA EN EL MUNDO CONTEMPORÁNEO

P r e s e n t a

DAVID MUÑOZ AMBRIZ

Directora: Dra. Brenda Mariana Méndez Gallardo

Lectores: Mtro. Juan Antonio Laviada Caceres

Dr. Pedro Antonio Reyes Linares

Dr. Miguel A. Sánchez Carlos

CIUDAD DE MÉXICO, 2021

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

INDICE GENERAL

INTRODUCCION	5
I. La sociedad del cansancio	7
II. La experiencia del ser humano en el mundo contemporáneo	9
III. En busca de aliento	13
IV. Praxis teológica desde el ejercicio físico	14
V. El deporte en la sociedad	16
VI. La maratón ¿una alternativa para la experiencia espiritual?	18
CAPITULO I	22
La experiencia de ser humano	
Introducción al capítulo	22
1 La condición humana	24
1.1 La condición del hombre desde el pensamiento judeo-cristiano	26
1.2 La experiencia del ser	29
1.3 La experiencia de lo Divino	31
2 La persona, un ser-en-relación	39
2.1 El ser humano en un complejo presente	39
2.2 El encuentro. Parte constitutiva de la persona	47
2.3 El otro ¿lugar de extravío o encuentro sanador?	50
- La experiencia de ser sanado	55
2.4 Espiritualidad y encuentro	58
Conclusión del capítulo: El camino para hacerse persona	63
CAPITULO II	
Espiritualidad: <i>Un desafío hacia la integralidad del sujeto contemporáneo</i>	65
- <i>¿Es la espiritualidad significativa en el mundo contemporáneo?</i>	65
3 Hacia una espiritualidad de los sentidos <i>¿Es posible ver, escuchar, tocar, oler y degustar a Dios?</i>	69

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

3.1 El lenguaje sensorial en el pensamiento judeo-cristiano	71
3.2 El cuerpo como la gramática de Dios	76
3.3 Los sentidos espirituales	78
- Lo numinoso, la experiencia no sensorial	81
- Deslumbrados por la sorpresa de los sentidos	83
3.4 Una espiritualidad que revitaliza, <i>la sensibilidad del encuentro</i>	90
4 El Peregrino, maratonista en el mundo contemporáneo. Espiritualidad y secularidad desde la no ortodoxia	95
4.1 Espiritualidad en una era secular, <i>acallando el ruido</i>	97
4.2 Espiritualidad no ortodoxa, <i>ir haciendo camino</i>	101
- <i>Auténtica existencia</i>	104
4.3 La espiritualidad desde otras tradiciones, <i>El entrenamiento del yo</i>	106
Conclusión del capítulo: El Sujeto contemporáneo en un tiempo secular, practicante de la no ortodoxia	109
CAPITULO III	
La maratón: espiritualidad en 42.195 kilómetros	111
Introducción al capítulo	111
5 Un recorrido hacia la espiritualidad	112
- 1986, despertando a los sentidos	113
- El entrenamiento, iniciando el peregrinaje	116
6 Mi experiencia de la maratón	119
- <i>42.195 kilómetros de espiritualidad</i>	119
- Las primeras zancadas en busca de respuestas	122
- El otro y la senda estrecha	125
- Los sentidos se confunden	128
Conclusión del capítulo: El <i>Mono no aware</i>, la conciencia lleva la carrera	133
CONCLUSION GENERAL: La meta no es el fin	137
Bibliografía	141

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

INTRODUCCIÓN

Este trabajo de investigación es el resultado de mi trayectoria en diversos campos de estudio y una memoria para ayudarme a revivir el camino recorrido. Primero la teología y su estudio de una manera sistematizada en la maestría en la Universidad Iberoamericana. En segundo lugar el ejercicio físico y el cuerpo, en específico la carrera de la maratón. Ambas pasiones animaron al diálogo entre estas disciplinas para, desde mi experiencia sugerir una praxis teológica integral y que responda al contexto del mundo contemporáneo y las interrogantes que planteo en este trabajo de tesis.

Resulta importante enlistar algunas características de esta investigación, así como su pertinencia sin que esto sea la justificación del mismo, sino una ubicación en tiempo y espacio, en el **hoy** donde sucede esta actividad. Cuatro peculiaridades que sin duda imprimen un valor único y que, pueden no ser recursos recurrentes en otros trabajos de investigación.

1. **Cotidianidad.** Correr es una actividad o ejercicio que hoy día es practicado por millones de personas¹ que sólo necesitan un par de tenis y un espacio donde comenzar a dar zancadas. De esta actividad tomamos al sujeto de estudio, el *runner*² casual y no al atleta de alto rendimiento y enlazamos esta experiencia con algunas de las parábolas de Jesús en el Nuevo Testamento caminando por la tierra y dialogando con las personas desde sus actividades llanas en esa época y lugar: la pesca (Marcos 1:16-20, Reina Valera, 1969), la cosecha para el campesino (Marcos 4), o el pastoreo (Lucas 15). En relación a esta investigación observaremos la parábola de *Jesus caminando* hacia Emaús (Lucas 24:13-35) una distancia similar a 14 kilómetros³, suficiente distancia para encontrarse con otros caminantes. Jesús actúa fuera de las paredes de una sinagoga para relacionarse con las personas. Él va a dónde está la gente en sus actividades habituales.

¹ Tan sólo en México se tiene un registro de más de seis millones de corredores en el año 2016 y se considera que se ha cuadruplicado en los últimos años. Fuente: <https://www.merca20.com/cuanto-dinero-genera-el-running-en-mexico/> Consulta el día 23 de Enero de 2020.

² Anglicismo comúnmente utilizado para describir a un corredor o grupo de corredores.

³ De acuerdo al relato de Lucas 24:13, 70 estadios. Medida lineal de 600 pies griegos o 625 pies romanos, unos 185 metros. Vela Tejada, José y Gracia Artal, Jesús, *Estrabón, Geografía, libros V-VII* (Madrid: Editorial Gredos, 2001)

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

2. **Temporalidad.** Del año 30 d.C. en Jerusalén, **nos trasladamos al mundo contemporáneo** para ubicarnos en el año 2020 en la Ciudad de México. Más adelante definiremos qué queremos decir cuando hablamos de “mundo contemporáneo”, pero ahora anotamos que algunas de las referencias bibliográficas son tomadas directamente de este época. Pasamos de los jardines de Academus⁴ en las afueras de Atenas a considerar espacios actuales de diseminación del conocimiento y a pensadores post modernos, por no llamarlos filósofos, como el cineasta Ridley Scott⁵ o las hermanas Wachowski⁶, quienes a través de esta técnica y arte, retoman las preguntas *desde la cotidianidad* sobre el ser humano. Su más reciente serie para televisión *Sense8*⁷ aborda el tema del encuentro con el otro (que revisaremos en el primer capítulo). Esto no implicará un exhaustivo análisis cinematográfico, sino una referencia de recursos contemporáneos que reflejan el mundo actual y son también fuente de conocimiento.

3. **Practicidad teológica.** Retomando las palabras de Ivone Guevara, filósofa y teóloga Brasileña: “El alma de toda teología es el conocimiento práctico de las cosas más importantes de la vida...”⁸ y cómo desde allí hacemos teología que se inserta y responde (o al menos busca responder) a las problemáticas actuales. Es teológica porque apela a la Vida, en especial cuando está busca las razones de la existencia vinculadas a lo divino. No es una investigación científica o filosófica, mucho menos médica o deportiva, aunque sin duda consideramos estas disciplinas para sustentar la tesis que proponemos. Sugerimos hacer teología desde la calle y con la gente sencilla (láicos y no clérigos, tampoco filósofos), con los *runners*, y que sugiera un elemento de religación con lo divino.

⁴ Ubicación de la Academia, escuela filosófica fundada por Platón alrededor del 387 a.C. Brun Jean, *Platón y la Academia*, (España: Paidós, 1992)

⁵ Cineasta británico nacido en South Shields, Inglaterra; Noviembre 1937, Su filmografía va desde su despegue comercial con la película de ciencia ficción *Alien* (1979), hasta otros trabajos como el filme distópico *Blade Runner* (1982). <https://www.britannica.com/biography/Ridley-Scott> Consulta el día 7 de Abril de 2020

⁶ Conocidas como “las hermanas Wachowski” son directoras de cine y guionistas estadounidenses, ambas son mujeres transgénero. Lana Wachowski (Chicago, Illinois; 21 de junio de 1965) y Lilly Wachowski (Chicago, Illinois; 29 de diciembre de 1967), <https://www.imdb.com/name/nm0905154/> Consulta el día 7 de Abril de 2020

⁷ *Sense8*. Dir. Lilly Wachowski, Lana Wachowski, Act. Aml Ameen, Doona Bae, Jamie Clayton, Tina Desai, Tuppence Middleton, Max Riemelt, Miguel Ángel Silvestre, Brian J. Smith, Alfonso Herrera (2015) Netflix

⁸ Ivone Gebara, *Teología al ritmo de mujer* (Madrid: San Pablo, 1995), 13

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

4. **Es poética.** Sin ninguna forma de embellecimiento idealista responde a la idea de lo bello que es correr. Este género literario no limita la forma de manifestarse sino que añade un carácter expresivo único, tal cómo lo hacen al menos tres autores que sustentan esta investigación: Raimon Panikkar⁹, filósofo, teólogo y escritor español que desarrolló una teología interreligiosa entre Occidente y Oriente; Byung-Chul Han¹⁰, filósofo surcoreano, cuyas ideas y pensamientos filosóficos se expresan muchas veces desde la poesía y, David Le Breton, sociólogo y antropólogo, profesor en la Universidad de Estrasburgo, que define caminar como “saborear el mundo”, actividad que “restituye en el hombre el feliz sentimiento de su existencia”¹¹. Este género facilita la manifestación, por medio de la palabra, de los sentimientos, las emociones del *runner* y las reflexiones que suceden al momento de correr hasta sugerir un ejercicio de espiritualidad de presencia en el mundo contemporáneo. Panikkar también se refiere a la poesía de amor como “*loci theologici*, lugares donde la teología debe también buscar su inspiración”¹².

I. La sociedad del cansancio

Nuestras sociedades occidentales viven un cambio silencioso de paradigma: el exceso de emociones, de información, de expectativas, de requerimientos, que atropellan al ser humano y lo empuja a un estado de fatiga e indiferencia, del que cada vez es más difícil volver. El exceso de estimulación sensorial en el que estamos inmersos tiene un efecto contrario, no amplía nuestra capacidad de sentir, sino que la contamina y la atrofia sin remedio, cómo el corredor que equipa a su cuerpo de múltiples *gadgets* y sin darse cuenta su cuerpo está sobre asistido.

⁹ Raimundo Paniker Alemany (Barcelona, 1918 –2010), conocido como Raimon Panikkar, filósofo y escritor español desarrolló una filosofía interreligiosa con un especial énfasis en las tradiciones no occidentales, cuyo objetivo es la transformación, no sólo del sujeto, sino de toda la civilización actual, autor en quien sustentamos parte de esta investigación, en especial en el Capítulo II y los temas de la espiritualidad.

¹⁰ Seúl, Korea, 1959, es un filósofo y ensayista surcoreano experto en estudios culturales y profesor de la Universidad de las Artes en Berlín.

¹¹ Este autor habla sobre caminar y la carrera es una actividad física que inicia caminando, además las etapas y/o condiciones son muy similares, por ello traemos esta cita a colación. David Le Breton, *Elogio de caminar*, (Titivillus, 2000) 7, version digital

¹² Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2512, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Son diversas las circunstancias existenciales que conducen al sujeto a este tipo de patologías ligadas a los sentidos corporales y lo empujan a una suerte de astenia, por ejemplo:

- El sufrimiento humano. En medio de una sociedad cada vez más dominada por el mito del control, no nos damos cuenta de hasta qué punto una mentalidad así representa la negación del principio de realidad. En las etapas de sufrimiento, la impotencia parece aprisionar enigmáticamente todas nuestras posibilidades. Y dudamos de que este cuerpo limitado que somos sea el lugar donde vivir toda nuestra aventura o una parte significativa de ella.
- La reclusión de la vida por la rutina. De manera inesperada, esta sustituye a la propia vida. Cuando todo se torna obvio y reglado, no hay lugar para la sorpresa. Cada día es idéntico al anterior. Los sentidos se adormecen. El gran desafío es, en el día a día, volver a mirarlo todo por primera vez, dejarse deslumbrar por la sorpresa de cada día. Para eso hemos de recuperar la sensibilidad ante la vida, ante su desconcertante simplicidad, ante su lado frágil, ante sus travesías.
- Los efectos de la exposición actual al exceso de comunicación. Uno de los efectos de la comunicación actual (de la televisión y el creciente uso de medios digitales) es eliminar la identidad personal. Los medios que lideran la comunicación humana contemporánea (tv, teléfono, correo electrónico, redes sociales) interactúan sólo con los sentidos que captan los signos a distancia: la vista y el oído. De esta manera se origina una hipertrofia descontrolada de la vista y el oído, sobre los que recae la responsabilidad en la participación de lo real. Nos hemos convertido en analfabetos emocionales.

¿No sería el momento de que el sujeto contemporáneo se interesara en el cuidado de su ser comenzando con los sentidos?¹³; ¿no será el momento propicio para revitalizarlos? Redescubrir el tacto, la piel que cubre nuestro cuerpo separa y une al mismo tiempo el mundo exterior e interno. Retornar al gusto. Requerimos de una sabiduría más integral que aprecie, no sólo la

¹³ Julia Kristeva, Bulgaria, 1941, filósofa, teórica de la literatura y el feminismo, psicoanalista y escritora francesa habla de un infralenguaje, porque está ligado al cuerpo, a la biología, a las pasiones; y de un ultralenguaje, que incluye la historia, las ideas presente y el futuro, todos son desafíos para la escucha.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

mente, sino la realidad total del cuerpo que somos. Revisitar el olfato. Este sentido nos despierta a un contacto fusional con el mundo, cuando se atrofia la capacidad olfativa, declina también la diversidad de la cartografía de nuestras emociones. Volver a la audición. Hay que escuchar no sólo con los oídos, sino con el corazón, que es la escucha profunda, donde los sentidos nos son útiles. Abrir la visión. La mirada es fundamental para celebrar el encuentro con nosotros mismos y con los otros. Solo cuando nos miramos y nos dejamos impresionar por el otro que está ante nosotros, amamos a las personas por sí mismas y nos reconocemos, también en el otro. De la misma manera, la mirada es esencial para lanzarnos a la aventura de buscar el sentido de la vida.

Aunado a esta cuestión se suma el tema de la espiritualidad y su pertinencia en la vida del ser humano, reto no sencillo en una sociedad donde podríamos decir que el sujeto como persona se encuentra fragmentado. Entonces he intentando dar forma a esta premisa, ¿es la espiritualidad significativa en el mundo contemporáneo?; ¿qué tipo de experiencia espiritual integral podemos considerar pertinente para la autorrealización del sujeto?

¿Se podría ejercitar una espiritualidad que siga garantizando el encuentro con uno mismo y con Dios?, ¿Tiene lugar una espiritualidad entendida de esta manera, en el mundo actual? ¿Cómo?; ¿Bajo qué aspecto o nuevas prácticas: alternativas a las tradicionales? Una vivencia como la que tiene lugar durante una actividad cotidiana, como correr, practicar yoga, admirar una obra de arte, etcétera, ¿podrían ser sugerentes para reinterpretar la experiencia de la espiritualidad en el contextos actual?

II. La experiencia del ser humano en el mundo contemporáneo

La condición del ser humano va cambiando y con ello su ubicación; la física de Newton y de Kepler, pero sobre todo, la revolución de Copérnico modificaron la visión griega del universo y con ello, el ser humano dejó de ser o estar en el centro de éste (concepción jerárquica y teológica), quedando a la deriva. Anteriormente, la unidad religiosa, científica y política le daban seguridad, pero al reconocer que el universo se expandía, “el hombre ya no se considera el rey de la

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

creación”¹⁴; el ser humano se descubre, por primera vez perdido y siguiendo a Max Scheler¹⁵, se ubica en un “momento de la historia problemático”, es decir el mundo contemporáneo¹⁶.

Esta diagnóstico condenatorio también estaba presente en el paradigma teológico preconiliar, en especial hacia el mundo moderno, cuyo modelo más acabado fue el documento “*Syllabus errurum*”¹⁷. Pero este cambio de paradigma, al menos desde la perspectiva teológica católica se inicia con el proceso del Concilio Vaticano II donde se da un giro hacia una comprensión más positiva de las realidades presentes¹⁸ y por ende de la condición humana. Entonces, no es todo “problemático”, pero haremos énfasis en esa desintegración del sujeto y de las preguntas que desde el ser surgen como sujeto en relación.

¹⁴ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 46

¹⁵ Max Scheler (Múnich, 1874- 1928) filósofo alemán que desarrolló ampliamente la fenomenología desde la filosofía de la religión, la ética y la antropología filosófica. Hijo de padre luterano y de madre judía, se convirtió inicialmente al catolicismo, del que se apartó al final de su vida. <https://maxscheler2.wordpress.com/> Consulta el día 1 de Agosto de 2019

¹⁶ Max Scheler, “El puesto del hombre en el cosmos”, *Revista de Occidente*, 1936, 12. En este mismo texto, el autor agrega que, “los problemas que el hombre se plantea acerca de sí mismo han alcanzado en la actualidad el máximo punto que registra la historia”, pero además, agrega Sanabria que “el hombre como objeto de estudio se ha fraccionado despedazando su unidad en trozos dispersos, aplicando metodologías independientes y al final el ser humano se encuentra más confundido aún ante incitaciones contradictorias con la aureola común de su cientificidad” (Sanabria, *Filosofía del Hombre*, 1987).

¹⁷ Pius PP. IX. *Quanta cura*. Roma, 1864. <http://www.vatican.va/content/pius-ix/la/documents/encyclica-quanta-cura-8-decembris-1864.html> Consulta el día 15 de Febrero de 2021.

¹⁸ En particular, la constitución “*Gaudium et spes*” plantea: “para cumplir esta misión es deber permanente de la Iglesia escrutarse a fondo los signos de la época e interpretarlos a la luz del Evangelio, de forma que, acomodándose a cada generación, pueda la Iglesia responder a los perennes interrogantes de la humanidad sobre el sentido de la vida presente y de la vida futura y sobre la mutua relación de ambas. Es necesario, por ello conocer y comprender el mundo en que vivimos, sus esperanzas, sus aspiraciones y su sesgo dramático que con frecuencia le caracteriza”. (C.GS, 4) http://www.vatican.va/archive/hist_councils/ii_vatican_council/documents/vat-ii_const_19651207_gaudium-et-spes_sp.html Consulta el día 15 de Febrero de 2021.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

A esta condición actual podemos agregar, siguiendo a Sanabria que el ser humano es el único ente que cuestiona su condición inacabada¹⁹; este autor lo define como “*pregunta*”²⁰, pues cuestiona su existencia y su realidad, pero también “*deseo de saber*” lo que es. Lo anterior tiene dos implicaciones:

1. ignorancia; el hombre *sabe que no sabe quién es*²¹ y esto lo lleva a una búsqueda para conocerse, y
2. deseo de saber *porque no sabe*; es decir una constante interrogante que se suma a este itinerario, por lo que podríamos decir que, el deseo propio del hombre es también la razón de la búsqueda que lleva al encuentro consigo mismo y con (a través del) el otro.

No es fácil, ni cosa menor, responder a la pregunta *qué es el hombre*, pues él mismo se convierte en su objeto de estudio: el hombre se analiza a sí mismo para saber “*qué es*” “*o quién es*”²²; por lo que la única manera de estudiar al hombre es desde sí mismo, lo que requeriría, un ejercicio no poco fácil, de tomar distancia de sí mismo y teniendo cuidado de que no sea simplemente una descripción de vivencias, sino un verdadero ejercicio fenomenológico que facilite el estudio. Es decir, al ser él mismo el sujeto de estudio tiene que hacer una cierta separación (o al menos

¹⁹ A medida que el ser humano, como organismo vivo, se va haciendo más complejo, también se hace más unitario, característica que no sucede en otros mamíferos u organismos vivos, desde las bacterias, las plantas y las esponjas. Para Aristóteles y Hegel, el ser humano es el único ser vivo que posee esencia, esto es, que es reflexivo sobre su condición o es “*ser sustancia*”. Con ello, el ser se vuelve reflexivo sobre su condición tomando como referencia fundamental, volviendo a Aristóteles, el intelecto puro. Choza utiliza el término “*reflexión*” para definir esta particularidad del ser y entonces, regresamos a la pregunta del hombre sobre su condición inacabada. Bajo este tenor podemos diferenciar tres grandes tipos de vivientes: 1) Los vivientes que carecen de conocimiento, siendo el conocimiento un subsistema diferenciado (crecimiento-nutrición- reproducción); 2) Los vivientes cuyo proceso de autorrealización individual está mediado por el conocimiento, es decir, en cuanto que el conocimiento es un subsistema de información-comunicación que procesa “*mensajes*” pero no energía física o química, la cual cumple solamente las funciones del “*texto*” o soporte físico del mensaje; y 3) Los vivientes cuyo proceso de autorrealización individual está principiado por el conocimiento, de manera que la actividad cognoscitiva no es simplemente un procedimiento o un medio para ejecutar una autorrealización programada filogenéticamente con anterioridad a él, o lo que es lo mismo, para alcanzar una finalidad programada con anterioridad a él, sino que el conocimiento mismo, en cuanto que es principal, se auto programa a sí mismo o establece sus propias finalidades. A un conocimiento que tiene estas características se le llama espíritu, y a su sí mismo se le llama persona (Sobre el concepto de persona: Hegel, Enciclopedia, párrafos, 343-344), ambos conceptos serán desarrollados en este capítulo, así como su relación con la espiritualidad. Jacinto Choza, *Manual de Antropología Filosófica* (Madrid: Rialp, 1988), 30- 34

²⁰ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 11

²¹ Teniendo en claro que no estamos buscando una definición de ser humano, sino las implicaciones que dicha búsqueda por saber lo conecten con la experiencia del ser, que tendría una mayor relevancia, al menos para este trabajo de investigación.

²² José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 19

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

intentarlo), ser cautelosos en lo que se pueda definir o encontrar, con las vivencias o experiencias personales y con la relación con uno mismo; de lo contrario no sería sino una colección de experiencias sin un sentido.

Por ser precisamente este sujeto de vivencia, se dice que “el hombre no tiene naturaleza, lo que tiene es historia; por que *historia* es el modo de ser de un ente que es constitutivamente, radicalmente, *movilidad y cambio*”²³. En llanas palabras, esta naturaleza de acuerdo con el historicismo, “la razón pura tiene que ser sustituida por una razón narrativa. Esto es porque la naturaleza humana necesariamente cambia y permanece idéntica según las experiencias del ser humano; para efectos de esta investigación ya sea desde la práctica de una actividad física o cuando la persona conecta los sentidos y con ello “va configurando su humanidad”²⁴ (propia en algún sentido).

Desde estos conceptos revisados, consideramos pertinente cuando Sartre afirma que el “ser hombre es siempre proyecto de ser; “el hombre no es, se hace”²⁵. Sabemos pues que el hombre se hace a sí mismo, de distintos modos, y que sus actos aparecen como el camino privilegiado de acceso a lo que es, pues, partiendo de la experiencia propia, de la propia realización, descubre aquello en lo que ya está presente. Entonces, hablamos de una antropología y de una ontología que van íntimamente unidas porque el hombre sólo se entiende desde su relación a su ser. Por esto, Sanabria anotará que, el hombre será una realidad(es) que, más que ser definida deberá ser descrita (momento fenomenológico) y explicada y, sólo entonces, se podrá buscar su fundamento último (momento ontológico)²⁶.

El hombre, entonces, será considerado (al menos desde la Filosofía contemporánea) como un “itinerante que busca siempre el por qué de la realidad, de cada aspecto de la realidad”²⁷, lo que

²³ *Sobre la razón histórica* (Madrid: Alianza, 1979), 121; cfr. *Historia como sistema, en Obras Completas*, Rev. de Occidente, (Madrid, 1973), 41, citado por José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 24

²⁴ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 26

²⁵ Gallimard, *L'etre et le néant* (Paris, 1949), 708

²⁶ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 71

²⁷ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 7

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

conlleva una búsqueda constante, por lo que el hombre será caracterizado como un “eterno insatisfecho”²⁸.

III. En busca de aliento

La teología no debe de estar ajena a estos cambios de paradigmas, así entonces el objetivo general de este trabajo de tesis se centra en la búsqueda de la integración y la transformación de la persona en el mundo contemporáneo considerando la descripción personal de la carrera de la maratón como una variante de ejercicio espiritual. Un objetivo secundario es considerar la experiencia sensorial-epidérmica no como algo frívolo y alejado del terreno espiritual, sino como un elemento clave para poder *desocultar* las contribuciones de ésta a la integralidad del cuerpo, desde una fenomenología y antropología de los sentidos. Esto es la invitación a mirar de nuevo el cuerpo que somos, que habitamos y que es “la gramática de Dios”²⁹. Esta gramática ha sido dejada de lado por no considerarse racional, al menos en Occidente, pero contiene una amplia variedad de significados relacionados a las sensaciones desde donde es posible encontrarnos con lo divino.

Para ello, en el primer capítulo haremos una revisión histórica y documental, desde la experiencia de ser humano, su desarrollo y la estrecha relación que existe con el otro quien propicia “el encuentro”. El segundo capítulo está centrado en la espiritualidad. Partiremos de entender la *espiritualidad* desde: “lo más digno, lo más noble, incluso lo más importante que el ser humano puede y debe afrontar en esta vida”³⁰. Lo anterior, responde al hecho de considerar que la espiritualidad³¹, primeramente, es una expresión que se ocupa de la vida humana, del sujeto que se deja vivificar o impregnar por el Espíritu como símbolo, gracias a lo cual el *hombre es consciente de que está vivo*³².

²⁸ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 8. Cuando hablamos de “insatisfacción” hay que dejar claro que, es en relación a la autorrealización a través del encuentro, no en sentido de ser incompleto, sino en el sentido de una búsqueda trunca o incompleta, quedando siempre el hombre frustrado o incompleto. Como dice David el Salmista en torno al alma sedienta por Dios: “Como el ciervo brama por las corrientes de las aguas. Así clama por ti, oh Dios, el alma mía. Mi alma tiene sed de Dios, del Dios vivo.” Salmos 42: 1-2a

²⁹ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 15

³⁰ José María Castillo, *Espiritualidad para insatisfechos* (Madrid: Trotta, 2008), 29

³¹ Del latín *spiritus*, espíritu

³² Una definición académica de espiritualidad afirma que es “la condición espiritual, referida a una persona y la disposición principalmente moral, psíquica o cultural, que posee quien tiende a investigar y desarrollar las

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Esta definición inicial incluye elementos que detallaremos en el capítulo 1: la condición humana, la experiencia, la participación del Espíritu y la conciencia que nos sitúa en el momento presente en relación a “la gracia (divina) y con ella el júbilo, la belleza, la paz, y de forma misteriosa, también la verdad y la bondad”³³.

Un factor importante que también mencionaremos son los sentidos y el cuerpo, pues es desde allí que hablamos de la experiencia de la vida misma. Aludiendo a los sentidos corporales y su relación con la espiritualidad cabe preguntar desde un camino alterno, ¿cómo experimentamos lo divino?; ¿es posible ver, escuchar, tocar, oler y probar a Dios? Aunque diversos autores han utilizado el lenguaje sensorial para expresar encuentros humanos con lo divino, el enfoque ha estado en el mensaje y no precisamente en la forma de recepción de la revelación, la constitución cognitiva del ser humano. Al mismo tiempo, no se hace una correlación con la mente, el alma y el corazón del individuo de manera explícita.

Para finalizar en el tercer y último capítulo nos centraremos en la experiencia de la carrera de la maratón como el espacio de encuentro, el camino del peregrino para la integralidad del sujeto contemporáneo donde, desde la narración de una serie de vivencias personales, se sugerirá como una variante de práctica espiritual dentro de la búsqueda del sujeto en el mundo contemporáneo. Desde una descripción fenomenológica, interpretaremos los acontecimientos y sus significados y sobre todo enfatizando el interés por conocer cómo esta experiencia puede ser traducida y conectada en la experiencia humana espiritual o lo que proponemos como una espiritualidad de la maratón.

características de su espíritu. “Le terme spiritualité est un terme relativement nouveau dont la significativité est d’ailleurs largement fluctuante”. H.J. Adriaanse, *Penser la religion: recherches en philosophie de la religion* (1991), 15. El Diccionario de la Real Academia Española considera además el elemento de la experiencia: “Esta decisión implica habitualmente la intención de experimentar estados especiales de bienestar, como la salvación (desde un acercamiento religioso) o la liberación”..«espiritualidad». *Diccionario de la lengua española* 23.ª edición, (Madrid: Espasa, 2014). Hay que considerar que su significado ha cambiado con el paso del tiempo, incluso hoy varía según el acercamiento, ya sea doctrinal, filosófico o ideológico, así como del contexto en que se utilice.

³³ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo*, (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2380 Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

IV. Praxis teológica desde el ejercicio físico

La teología no está ajena al fenómeno del deporte ya que aquí se reflejan comportamientos sociales donde el ser humano interactúa con otros y se desenvuelve como un ser espiritual. Jonathan Rúa inserta la espiritualidad deportiva en el discurso denominado *Teología del Deporte en el siglo XXI* y definido como “una reflexión a posteriori sobre la experiencia trascendental del ser humano, que se dirige hacia el Misterio Sagrado y que está circunscrita a un contexto histórico deportivo”³⁴. La triple experiencia descrita por Hans Lenk, “del placer, dolor, el riesgo, e incluso la muerte”³⁵ es descrita coincidentemente por deportistas profesionales a través de sus experiencias.

Robert R. Sands³⁶, etnógrafo y profesor norteamericano, especula sobre las carreras de larga distancia y su origen en el género biológico *Homo erectus* para postular la existencia de una naciente *running spirituality* (espiritualidad de la carrera) y con ello el surgimiento de la espiritualidad en el paleolítico u lo que define el *horizontal awareness* (una conciencia horizontal reconociendo la existencia de algo superior a su ser) basado primeramente en una necesidad biológica y con ello el nacimiento de una práctica recurrente que hoy continua, y que tiene lazos más estrechos de lo que imaginamos o se ha definido.

Raimon Panikkar lo describe como la experiencia de la vida: “La vivencia completa del cuerpo que siente vivir con palpitations de placer y dolor, como del alma; añadidas a las figuraciones del espíritu que vibra con amor y repulsión”³⁷. Antes de definir estos supuestos ubiquemos la

³⁴ Penagos Rúa, Andrés Jonathan, “Mística y Espiritualidad deportivas”, *VIREF Revista de Educación Física*, Abril-Junio 2013, 24, 34.

³⁵ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 291-305

³⁶ La teoría propuesta por Robert R. Sands ofrece una explicación a las carreras de resistencia o larga distancia y evidencia física en las manifestaciones corporales del esqueleto del Homo Erectus del espécimen KNM-WT-15000, pero incluye la continua práctica a través de la historia. Esta conciencia provee al Homo de significado reforzando la necesidad de correr para sobrevivir y lo sitúa dentro de un ambiente dinámico y universal. Valiéndose de una evolución contemporánea y una evaluación psicológica dice que, “los humanos están conectados, en mente y cuerpo, para ser corredores”. Además, utiliza la palabra *awareness* para hablar de la conciencia horizontal, término que retomaremos y definiremos más adelante en esta investigación. Robert R. Sands, “Running Deep, Speculations of the evolution of running and spirituality in the genus homo”, *Journal for the study of religion, nature and culture*, 2010

³⁷ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 401, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

actividad física encasillada dentro del concepto de “deporte”³⁸ en la sociedad y lo relativo a la carrera de la maratón, para en los siguientes capítulos enfocarnos en la propuesta de tesis.

V. El deporte en la sociedad

Como sugiere Elias Norbert, sociólogo alemán, el deporte es una actividad de los seres humanos, como cualquier otra ocupación que sucede de manera cotidiana y cambia o “modifica la estructura de la persona”³⁹, por ello no debería de investigarse de manera aislada sobre todo en relación al ser humano visto de manera integral y donde éstas actividades le complementan en su condición.

Algunas definiciones que aportan y coinciden en el desarrollo de este trabajo de investigación:

- Para Hans Lenk, miembro del equipo Alemán en los Juegos Olímpicos de 1960 y profesor de Filosofía, “en (y desde) el deporte se forma y se descubre no sólo el sentido emocional, sino también el sentido del ser”⁴⁰.
- Emile Durkheim⁴¹, sociólogo y antropólogo Francés, considerado uno de los padres de la sociología junto con Karl Marx y Max Weber, define el ejercicio (físico), “no como un medio para alcanzar una meta, un éxito externo, la victoria, sino que conduce al hombre hacia sí mismo, es un camino de autodesarrollo: Es un camino para ayudarse a sí mismo

³⁸ En Español este término y su significado ha variado con el tiempo. En el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española de 1939 se definía como, “Recreación, pasatiempo, placer, diversión, por lo común al aire libre”, sin embargo en su edición de 2014 lo define como: “actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas”, es decir el énfasis está ahora en la actividad física y la competencia dejando de lado el sentido lúdico inicial. <https://dle.rae.es/deporte> Consulta el día 16 de Febrero de 2021

³⁹ Elias Norbert, Erica Dunning, *Deporte y Ocio en el proceso de civilización* (México: Fondo de Cultura Económica, 1992), 49

⁴⁰ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 299

⁴¹ Émile Durkheim (Francia 1858 – 1917) sociólogo y filósofo francés. Estableció formalmente la sociología como disciplina académica y, junto con Karl Marx y Max Weber, es considerado uno de los padres fundadores de dicha ciencia. Durkheim creó el primer departamento de sociología en la Universidad de Burdeos en 1895, publicando *Las reglas del método sociológico*. <https://digitaldurkheim.hypotheses.org> Consulta el día 17 de Agosto de 2019

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

o a los otros a llegar a la esencia o dejarla que sea forma en el mundo. Así entendido, el ejercicio es un medio de toda auténtica dirección del hombre⁴².

- Dietmar Mieth, teólogo alemán⁴³, lo define como “camino para el ser humano”⁴⁴ ya que reconoce en esta disciplina la posibilidad de un proceso de aprendizaje. Coincide con Panikkar en decir que “el camino no debe de confundirse con la meta”⁴⁵ pues observa que en todo rendimiento (físico) no hay que ver el resultado como un número o una cosa, sino su repercusión simplemente en el cambio del hombre.
- Finalmente y en relación a la sociedad y la religión, filósofos como Paul Weiss, catedrático de la Universidad de Yale, deja claro que, “tanto para quienes lo practican como para quienes lo contemplan (el deporte), actúa rápidamente sobre las emociones (del individuo, pero también desde lo colectivo)”⁴⁶, y son pocos los fenómenos modernos que provocan tan intensa atracción y dependencia emocional.

Para esta investigación nos centraremos en esta última característica del deporte⁴⁷: su relación con el ser humano en la sociedad y la religión, así como el aspecto lúdico⁴⁸ de esta disciplina pues

⁴² Citado en: Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 294

⁴³ Dietmar Mieth (Berlín 1940), estudió teología, germanística y filosofía. Doctor en teología con habilitación en ética teológica. Al hablar de su experiencia como corredor en una de las ediciones del maratón de Nueva York, Mieth define esta disciplina como, “sin un fin en instalaciones de competición, en las que sólo cuenta el éxito. ¡Es muy hermoso llegar a contar hasta 80,000 personas admitidas en la maratón de Nueva York! La deportización de la sociedad no es una corporización de la vida, sino una mentalización progresiva”. Dietmar Mieth, “Ética del deporte”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 247, 248

⁴⁴ Dietmar Mieth, “Ética del deporte”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 241

⁴⁵ Dietmar Mieth, “Ética del deporte”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 242

⁴⁶ G. Baum / J.A. Coleman, “Deporte Sociedad y religión”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 157

⁴⁷ Hablaremos sólo desde una óptica que visualiza al deporte o las prácticas deportivas desde una visión que considera la espiritualidad y enfocadas más en específico en la transformación del individuo. Del deporte también podríamos definirlo y estudiarlo como “prácticas religiosas” o que actúan como “iglesias” -ekklesia o ecclesia del griego antiguo «ἐκκλησία» que denotan una asamblea y el término latino para la iglesia cristiana como un todo- (haciendo referencia a una congregación de creyentes). Así mismo, ejemplos de prácticas en el mundo contemporáneo que por ejemplo, definen “*Deporteísmo*” como la acción de practicar una actividad física, pero desde una óptica de mercado. Campaña publicitaria de *Grupo Martí* en la promoción de sus clubes deportivos. <http://www.cronica.com.mx/notas/2014/854106.html> Consulta el día 20 de Enero de 2019.

⁴⁸ De acuerdo a la Facultad de Tecnología de la Salud de la Habana, Cuba, una actividad lúdica es aquello que se puede realizar en el tiempo libre, con el objetivo de liberar tensiones, huir de la rutina diaria y de las preocupaciones, y para obtener un poco de placer, diversión y entretenimiento, así como otros beneficios, entre los cuales están: amplía la expresión corporal, desensuelve la concentración y agilidad mental, mejora el equilibrio y la flexibilidad, aumenta la circulación sanguínea, libera endorfina y serotonina y proporciona la inclusión social.

<http://educacionfisicacarlosrivas.blogspot.com/2018/04/que-son-las-actividades-ludicas.html>, desde un enfoque relacionado a la actividad física. <http://educacionfisicacarlosrivas.blogspot.com/2018/04/que-son-las-actividades->

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

desvela la existencia humana fundamental, ofrece una oportunidad de realizar la existencia personal ya que expresa la individualidad y la personalidad propia; en y desde el deporte, el yo se pone a prueba, se descubre, se emociona, se confirma, se realiza; esta práctica desafía a la existencia y al propio desarrollo por encima de lo cotidiano a descubrirse y a conocerse a sí mismo, es decir, propicia el encuentro desde un camino alterno.

VI. La maratón ¿una alternativa para la experiencia espiritual?

En la antigua Grecia para muchos de los ciudadanos esta disciplina era una parte fundamental de la cultura y ello da origen a los primeros Juegos Olímpicos en el año 777 a.C. que continúan hasta el año 394 d.C. Es allí mismo donde se registra la primer carrera de larga distancia y de donde surge la legendaria *maratón*. Su origen mítico se encuentra en la leyenda de la gesta del soldado griego Filípides, quien en el año 490 a.C. habría muerto de fatiga tras haber corrido cuarenta y dos kilómetros desde la ciudad de Maratón hasta Atenas para anunciar la victoria sobre el ejército Persa⁴⁹.

[ludicas.html](#) Consulta el día 17 de Agosto de 2019. Considerado también como actividad de esparcimiento y claramente sin ánimos de competencia, pues el deporte también es estudiado en la sociedad desde otras aristas, 1) como una actividad de competencia; Elias Norbert lo analiza 2) en relación a la violencia entre los seres humanos, mientras que Jean-Marie Brohm, sociólogo y antropólogo Francés y un crítico radical del deporte en Francia, lo describe como 3) “un sistema institucionalizado de prácticas competitivas, con predominio del aspecto físico; delimitadas, reguladas, codificadas y reglamentadas convencionalmente, cuyo objetivo confesado es, sobre la base de una comparación de pruebas, de marcas, de demostraciones, de prestaciones físicas, designar al mejor concurrente (el campeón) o de registrar la mejor actuación (récord). El deporte es, pues, un sistema de competiciones físicas generalizadas, universales, abierto por principio a todos, que se extiende en el espacio (todas las naciones, todos los grupos sociales, todos los individuos pueden participar) o en el tiempo (comparación de los récords entre diversas generaciones sucesivas), y cuyo objetivo es el de medir y comparar las actuaciones del cuerpo humano concebido como potencia siempre perfectible. El deporte es, pues en definitiva, el sistema cultural que registra el progreso corporal humano objetivo, es el positivismo institucionalizado del cuerpo”, pero también reconoce que “a través del deporte se refuerzan los valores ideológicos desde la vía ascética y el entrenamiento”. Jean-Marie Brohm, *Sociología política del deporte* (México: Fondo de Cultura Económica, 1982), 11; “It’s also an ideological valorisation of efforts via asceticism, training, ...” Traducción propia. <http://1libertaire.free.fr/Brohm08.html> Consulta el día 9 de Agosto de 2019).

⁴⁹ Existen diferentes versiones de este relato. La más aceptada a nivel histórico dice que, en realidad este soldado recorrió el camino desde Atenas hasta Esparta para pedir refuerzos, lo que serían unos 217 kilómetros o 46 horas caminando sin detenerse. Ruta sugerida entre ambas ciudades y recorriéndolo a pie en la actualidad por un camino pavimentado, sin duda muy diferente al tiempo de los griegos:

<https://www.google.com/maps/dir/Esparta,+Greece/Athens,+Greece/@37.533885,22.781686,10z/data=!3m1!4b1!4m14!4m13!1m5!1m1!1s0x1361d2760a6f3319:0x55c178decfd13663!2m2!1d22.430264!2d37.074461!1m5!1m1!1s0x14a1bd1f067043f1:0x2736354576668ddd!2m2!1d23.7275388!2d37.9838096!3e2> Consulta el día 21 de Agosto de 2019. La longitud reconocida hoy día es de 42 kilómetros y 195 metros y se estableció por primera vez en los Juegos Olímpicos de Londres en 1908. Esta medida tiene su origen en la petición de la reina de Inglaterra de, “agregar dos mil ciento noventa y cinco metros al inicio” para que la salida fuera frente al balcón real del palacio de Windsor y de allí,

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

La maratón forma parte del programa de atletismo de los Juegos Olímpicos desde 1896. En la actualidad es una carrera de cuarenta y dos kilómetros y ciento noventa y cinco metros. Los seis maratones más reconocidos del mundo, denominados como *World Marathon Majors*⁵⁰ son: Nueva York con más de 50,000 corredores, Chicago con 50,000 corredores, Londres con 49,000 corredores, Berlín con 40,000 corredores, Boston, siendo esta la más antigua desde 1897 y la única cuyo requisito para correr es un tiempo cronometrado (no apto para amateurs o siguiendo la tónica de este trabajo, como actividad lúdica) y Tokio, la maratón más moderna que recién ingresó a esta lista en 2007.

Además de estos *World majors*, muchos países y ciudades alrededor del mundo también tienen una carrera anual. En México se corre anualmente en Monterrey, Veracruz, Los Cabos, la comarca Lagunera y en la Ciudad de México que en los últimos años y desde 2016 ha tenido una participación de más de 20,000 personas⁵¹ y el número continúa en ascenso en cada edición.

Desde esta disciplina y su relación con la espiritualidad, corredores élites, como Eliud Kipchoge (1984) corredor keniano de larga distancia y actual poseedor del record mundial de maratón, o el mexicano Juan Luis Barrios (1984), describen cada carrera como una actividad donde “...no se trata tanto de las piernas. Se trata del corazón y la mente”⁵², sin embargo el énfasis de sus logros está en los records mundiales y no en la narrativa fenomenológica de ambas disciplinas. El escritor japonés Haruki Murakami describe un ultra maratón⁵³ como “una experiencia de meditación”⁵⁴, y dedica uno de sus libros, *De qué hablo cuando hablo de correr*, para la experiencia considerando

correr los cuarenta kilómetros de la ciudad de Windsor, desde el estadio de White City hasta el centro de Londres; desde entonces esta es la distancia oficial. <https://www.iaaf.org/disciplines/road-running/marathon> Consulta el día 21 de Agosto de 2019. La distancia quedó establecida definitivamente como única oficial en el congreso de la International Association of Athletics Federations (IAAF, Federación Internacional de Asociaciones de Atletismo) celebrado en Ginebra en 1921 y antes de los Juegos Olímpicos de París en 1924.

⁵⁰ “World Marathon Majors”, <https://www.worldmarathonmajors.com> Consulta el día 21 de Agosto de 2019

⁵¹ “Los Grandes Maratones Mundiales”, Español, <https://maraton.cdmx.gob.mx> Consulta el día 21 de Agosto de 2019

⁵² Kipchoge, el maratoniano que lee a Aristóteles, Español,

<https://www.marca.com/atletismo/2018/09/16/5b9e46e046163f524a8b45b2.html> Consulta el día 15 de Febrero de 2021

⁵³ Carrera de más de 42 kilómetros, <http://www.theultramarathon.com/> y <https://ultrarunninghistory.com/> Consulta el día 15 de Febrero de 2021

⁵⁴ En el caso de Murakami corrió 100 kilómetros en Grecia y aunque lo describe como una experiencia de interiorización, no hay abordaje espiritual, al menos no desde el concepto judeo-cristiano que revisaremos más adelante en este trabajo. Murakami, Haruki. *De qué hablo cuando hablo de correr*. Barcelona: Tusquets, 2010

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

el ser en su totalidad. Aún así, es limitado el material que relacione ambas disciplinas, especialmente desde la teología, contrario a como sucedería en algunos deportes de alto rendimiento como el alpinismo considerado como una “muestra del espíritu desafiante”⁵⁵ o *escalada de montaña solo* y el tenis con exponentes como André Agassi⁵⁶. A diferencia de estas disciplinas una característica fundamental y novedosa en el maratón es la relación del corredor con otros (corredores, animadores, compañeros de carrera, etc.), es decir la persona como autopresencia en el mundo y en relación, concepto que revisaremos más adelante.

En el atletismo, Hans Lenk, profesor de filosofía y miembro del equipo alemán en los Juegos Olímpicos de 1960, describe el correr es una experiencia de inmersión, pues “en cada carrera creas la vivencia de una experiencia propia... una meditación que muestra la posibilidad de vivir toda la vida en el marco de la contemplación”⁵⁷. No hay dos carreras iguales, como no hay una *lectio* que se procese o se interiorice de la misma manera. Lenk agrega que, (él, pero quizás todos los individuos) “debería de aprender este modo de vivir ya que significa estar contento, animado, despierto y lleno de energía; de esta forma, para mi es consciente cada momento de la vida”⁵⁸, ¿y no es esto un brevísimo resumen de la espiritualidad?, de eso hablaremos en el Capítulo II.

Por su parte Sergio Adarme, teólogo y especialista en administración deportiva, actual profesor en la Facultad de Teología de la Pontificia Universidad Javeriana en Colombia, (en el atletismo) “está integrado el valor religioso del reconocimiento del misterio infinito de Dios, esto de manera libre”⁵⁹, este autor cita también a Moltmann a partir de dos fenómenos relacionados: “el placer humano y la experiencia originaria de alcanzar la liberación de todo tipo de opresiones”⁶⁰.

Desde esta perspectiva, la maratón sugeriría entonces un grado distinto de realidad en la búsqueda de la espiritualidad y aquí reside la novedad de este trabajo, pero habrá de considerar los siguientes elementos que analizaremos detenidamente en los siguientes capítulos y concluyendo con mi relato personal en el tercer capítulo de esta experiencia:

⁵⁵ José Luis, Salvador Alonso, *El Deporte en Occidente: Historia, Cultura, Política y Espacios*. Tomo II, Coruña: Universidad de Coruña, 2006

⁵⁶ En su autobiografía *Open* (2014) donde describe cada partido de tenis como una sesión de meditación.

⁵⁷ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 291

⁵⁸ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 291

⁵⁹ Sergio Antonio Adarme Rodríguez, “Espiritualidad en el deporte”, *Cuestiones Teológicas*, Vol. 42, No. 98, 2015, 6

⁶⁰ Sergio Antonio Adarme Rodríguez, “Espiritualidad en el deporte”, *Cuestiones Teológicas*, Vol. 42, No. 98, 2015, 7

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- a) Ser una vía de interioridad, facilitando la conexión del individuo con lo divino.
- b) Conservar la igualdad de oportunidades para todos los individuos, no desde la competencia.
- c) Una opción de disciplina no especializada si se practica desde la espiritualidad (considerando obviamente, sí, un previo entrenamiento que responda a este esfuerzo físico) y considerando también la opción del tiempo libre⁶¹ para el ser humano en la actualidad,
- d) Que no cuantifique porque⁶², no vamos a enfocarnos en las estadísticas, mucho menos en romper marcas porque, no hay que llegar a la meta en un tiempo record; al contrario la carrera puede ser un “espacio de encuentro”, para el ser humano que no tiene prisa y,
- e) Un camino alternativo; la opción para priorizar e integrar la vida (de la persona) en las actividades cotidianas. Brohm dice que, “el deporte es de por sí una incitación al viaje, tanto corporal como espiritual”⁶³.

⁶¹ Para Klaus Heinemann (1937), doctor en Ciencias Políticas, profesor en la Universidad de Hamburgo, “nunca hasta hoy han tenido los individuos tanta libertad de disposición (de tiempo) como en nuestra sociedad industrial moderna. El aumento en el tiempo libre produce paralelamente un mayor bienestar, que es lo que principalmente ayuda a la libertad a percibir las posibilidades de empleo del tiempo libre. El tiempo libre y el deporte se han convertido cada vez más en centro de interés de todo el mundo”. Klaus Heinemann, “Deporte Sociedad, Evolución y estado actual de la sociología del deporte”, *Concilium*, 225, 1989, 157. Aunque, no es el caso específico para la Ciudad de México, pues por el contrario, un estudio realizado por la Sociedad Financiera UBS (<https://www.altonivel.com.mx/recursos-humanos/empleo/ciudad-de-mexico-ciudades-trabajan-mas-horas/>) enlista a la ciudad de México en el tercer lugar con más horas promedio por ciudadano, es decir, aparentemente no hay mucho tiempo libre, sin embargo, las carreras, como actividad lúdica, incluyendo el maratón de la Ciudad de México, registraron en 2015 una participación de más de 2.5 millones de corredores en más de doscientas carreras organizadas en ese mismo año, con un crecimiento estimado para el 2016 del 40%. <https://www.milenio.com/deportes/el-crecimiento-del-running-en-mexico> En 2018, el maratón de la Ciudad de México tuvo una participación de más de 27,000 personas. <https://www.runmx.com/27-mil-544-corredores-completaron-el-maraton-de-la-ciudad-de-mexico/> Consulta el día 9 de Agosto de 2019

⁶² La mayoría de los maratones organizados por diversas instituciones deportivas, si limitan el tiempo de recorrido, pero de nuevo, esto basado en la cuantificación y desde un esquema de competencia. Por ejemplo, el maratón de Boston, uno de los más competitivos en el mundo, establece un tiempo máximo de 3:10 minutos para un competidor hombre en el rango de edad de 40-44 años de edad. <https://endondecorrer.com/tiempos-para-calificar-a-boston>, mientras que el maratón en la Ciudad de México aún conserva un cierto componente lúdico, pues el tiempo máximo es de 7 horas. <https://www.agendatlon.com/evento-deportivo/carreras/37-maraton-ciudad-de-mexico-2019-cdmx/>, pero por ello, no es considerado uno de los seis mejores maratones del mundo: Nueva York, Berlín, Boston, Chicago, Londres y Tokio. <https://endondecorrer.com/world-marathon-majors> Consulta el día 9 de agosto de 2019

⁶³ Jean-Marie Brohm, *Sociología política del deporte* (México: Fondo de Cultura Económica, 1982), 44

CAPITULO I

La experiencia de ser humano

Introducción al capítulo

En este primer capítulo, trataremos sobre la experiencia de ser humano; ¿qué condiciones rodean su desarrollo?, ¿qué aporta a la experiencia la integración de los sentidos, la mente y el espíritu?

Revisaremos cómo es que esta experiencia (de ser) está supeditada a diversos factores del entorno. Por ello, el acercamiento que haremos en esta investigación será desde las condiciones que rodean al hombre y en especial el diálogo entre la corporeidad y la espiritualidad como elementos esenciales para articular una visión integral⁶⁴, en relación con otras personas y últimamente con el Otro (con mayúscula), o lo divino, el poder trascendental⁶⁵. Si optáramos por definirlo (el ser), el sinfín de conceptos o ideas no facilitaría llegar a una conclusión, sin embargo los siguientes pensadores nos ofrecen conceptos centrales para los objetivos de este trabajo, como son: los sentidos en el cuerpo⁶⁶, la conciencia intelectual y el hombre con alma, creado a imagen de Dios:

⁶⁴ Integral, del Latín medieval *integralis / integrâtas, -âtis (totalidad)*. De acuerdo con la definición de la Real Academia Española y referido como “aquello que comprende todos los elementos o aspectos de algo”, en este caso y para efectos de este trabajo, del hombre como persona. Pero también el vocablo se deriva del adjetivo *integer* (intacto, entero, no tocado o no alcanzado por un mal). Este se compone de *in-* (no) y una raíz que es la misma que la del verbo *tangere* (tocar o alcanzar), es la pureza original y sin contacto o contaminación con un mal o un daño (físico o moral). Integridad desde la ética y en relación a un sujeto o persona es comunmente utilizado siguiendo la traducción de: honradez, honestidad, respeto por los demás, corrección, responsabilidad, control emocional, respeto por sí mismo, puntualidad, lealtad, pulcritud, disciplina, congruencia y firmeza en sus acciones. A esta segunda definición no nos referimos en este trabajo. <https://dle.rae.es/?id=LqB3rUj> Consulta 15 de Mayo de 2019

⁶⁵ Desde el pensamiento Homérico y la poesía épica griega, el origen de la palabra divino se relaciona a *daimon*; los órficos le dan el sentido de un ente sobrenatural que personificaba la suerte de un individuo del que se había posesionado. En Demócrito, *daimon* equivale a la psique individual.

⁶⁶ Al referirnos al cuerpo, no será de una forma analítica, o sintética, sino insistiendo en “una visión armónica, integral y tridimensional; no separando al cuerpo y al alma y después intentando unirlos, sino acercándonos a la realidad humana utilizando el triple conocimiento (o la experiencia) sensible, intelectual y espiritual. Raimon Panikkar, *La Religión, el mundo y el cuerpo*, (Barcelona: Herder, 2014), 59. Además este autor agrega que, “tres son las ventanas por las que el hombre se asoma a la realidad: los sentidos, la razón y el intelecto”. Cuando nos asomamos por una sola ventana corremos el peligro del reduccionismo, es decir, reducimos la visión de nuestra realidad utilizando un sólo órgano de conocimiento, cualquiera que fuere. Materialismo, racionalismo e intuicionismo podrían ser tres palabras para describir la visión “univentanal” del mundo. Sólo una ventana “tridimensional” nos permite conocer la realidad en

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- Tomás de Aquino, teólogo católico considerado como el principal representante de la enseñanza escolástica, lo describe como, “un compuesto de **cuerpo material y de alma espiritual**”⁶⁷,
- Friedrich Hegel, último filósofo alemán de la modernidad, dice que es “una **conciencia alienada**”⁶⁸.
- Agustín de Hipona, padre de la iglesia católica, declara que el hombre es un “sujeto espiritual” (espíritu encarnado), un ente personal que toma conciencia de sí en el encuentro con los “otros”⁶⁹ y; una visión judeo-cristiana revelará que el hombre **es imagen de Dios** (Génesis 1:26).

Esta triada, cuerpo, intelecto y espíritu, será expuesta desde el concepto de “La triple experiencia”⁷⁰ de Raimon Panikkar, lo que nos ayudará a responder a las interrogantes de este capítulo, además de que será un concepto clave en el sustento de esta tesis. De entre una diversidad de conceptos e ideas sobre el hombre⁷¹, además de los mencionados, habremos de considerar la contribución que se hace desde la fe judeo-cristiana⁷² y su relación con el ejercicio de la espiritualidad, así como los condicionamientos que influyen en el desarrollo del ser humano.

Las interrogantes a responder en la segunda parte de este capítulo agregan el elemento relacional de la persona: ¿Cómo se vive la experiencia de ser en relación al otro y desde el mundo

plena medida de las posibilidades humanas. Cualquier separación deforma nuestra realidad, así como cualquier monopolio de una forma sobre las demás la desfigura. Raimon, *La Religión, el mundo y el cuerpo*, 63-64.

⁶⁷ Tomás de Aquino, *De Potentia* (q. 5, a. 10, ad 5)

⁶⁸ Martin Heidegger, *La Fenomenología del espíritu de Hegel* (Madrid: Alianza, 1995)

⁶⁹ Agustín de Hipona, *De quantitate animae* (XIII, 22)

⁷⁰ Raimon Panikkar, *La Religión, el mundo y el cuerpo* (Barcelona: Herder, 2014), 59

⁷¹ Cabe aclarar al iniciar este primer capítulo que, al referirnos a la palabra “hombre”, lo haremos desde la designación que la palabra hace al ser humano andrógino, y no al elemento masculino que, hasta ahora, lo ha monopolizado. Coincidimos con Raimon Panikkar quien agrega que, “aunque al utilizar los pronombres seguimos el uso habitual, en espera del *utrum*, el nuevo género que abarque masculino y femenino sin reducirlos a un *neutro* no humano. No se trata de que el masculino represente al hombre completo, sino de que el hombre completo ha permitido esta dominación funesta por parte del varón. La solución no es la yuxtaposición (el, ella, etc.), sino la integración. Raimon Panikkar, *La intuición cosmoteándrica, las tres dimensiones de la realidad*, (Madrid: Trotta, 1999), 21

⁷² Entendiendo “Cristianismo” o “Cristiandad” como la tradición de fe que se enfoca en la figura de Jesús en la historia de la humanidad. En este contexto, la fe se refiere a los actos de los creyentes y al contentamiento de su fe. Como tradición, Cristiandad es más que un sistema de creencias religiosas. Al mismo tiempo ha generado una cultura, un orden de ideas, prácticas y artefactos que han sido transmitidos de generación a generación desde que Jesús llegó a ser el objeto de la fe. El agente de la Cristiandad es la iglesia, la comunidad de personas que conforman en cuerpo de creyentes. Traducción propia. <https://www.britannica.com/topic/Christianity> Consulta: 16 Octubre 2018.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

contemporáneo?; ¿qué implicaciones tiene esta relación o encuentro?. Para ello recurriremos a Bárbara Andrade⁷³ y su definición de persona en el camino hacia la autorrealización y habremos de valernos también de la ciencia ficción, como recurso literario para la re-lectura de los mitos característicos de la cultura Occidental.

Como afirma José Rubén Sanabria, filósofo mexicano, intentaremos “entender (o más bien comprender) al ser humano en su relación al ser –en el ser y desde el ser-”⁷⁴. Desde esta misma perspectiva tanto Raimon Panikkar como Bárbara Andrade, hablan del hombre desde una visión integral articulada.

1. La condición humana

Para comprender las diversas situaciones que enfrenta el ser humano, hay que tener en cuenta que su condición es cambiante según el momento histórico, la cultura y otros factores sociales donde se desarrolla. Si nos ubicamos en el año 2020 hay que considerar “un complejo presente”⁷⁵, como el sociólogo y filósofo polaco-británico Zygmunt Bauman⁷⁶, define a esta época. Particularmente en un contexto religioso o ligado a un aspecto espiritual, habría primero que deconstruir las barreras entre las múltiples disciplinas o pre concepciones sobre la espiritualidad, lo numinoso y el ser humano con el objetivo de comprender al hombre, o al menos hacer un acercamiento más honesto para desde allí poder hacer una propuesta acorde a esta investigación. No vamos a realizar el trabajo de deconstrucción sugerido porque no es el tema que aquí nos concierne, pero es importante mencionarlo para saber desde dónde estamos partiendo y las implicaciones que tiene y que, seguramente serán diferentes si este análisis se hace en otra época o contexto cultural.

⁷³ Bárbara Andrade (1934-2014). Estudió Filosofía y Literatura en Nueva York y Teología en México. Se doctoró en Teología sistemática en Philosophisch-Theologischen Hochschule Sankt Georgen, Frankfurt/Main. Entre sus obras: *Dios en medio de nosotros*, *Esbozo de una teología trinitaria kerygmática* y *Cuéntanos tu experiencia de Dios*, títulos que serán analizados en este trabajo de tesis

⁷⁴ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 17

⁷⁵ Zygmunt Bauman, *Comunidad* (México: Siglo XXI, 2009), 137

⁷⁶ Zygmunt Bauman, (Poznan, 1925 – 2017) sociólogo y filósofo polaco-británico de origen judío <https://www.theguardian.com/education/2017/jan/15/zygmunt-bauman-obituary> Consulta el día 27 de Mayo de 2019

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Conocer lo humano se refiere primeramente a situarlo en el universo, esa totalidad de tiempo y espacio, pero a la vez, separarlo de él. El progreso en las ciencias en los años 60 y 70's han modificado las ideas y conceptos del Universo, la Tierra, la Vida y por ende del ser humano. Con el fin de ubicar la condición humana y siguiendo a Edgar Morin, filósofo y sociólogo Francés, resaltamos dos aspectos de este pensamiento actual desde un supuesto científico, distinto a la concepción desde el pensamiento judeo-cristiano en relación a la creación de la vida, es decir, desde un relato de fe específico y que revisaremos más adelante en este capítulo:

- 1- El principio bio-físico y la condición cósmica-terrestre. Se reconoce la existencia de un gigantesco cosmos en expansión, constituido por millones de estrellas y galaxias, siendo el planeta tierra donde habitamos, una estrella más. Aquí se origina la vida como la conocemos a través del remojo marino y la preparación química.
- 2- La condición humana. Desde la antropología histórica y las diversas etapas de la evolución en las que, después de millones de años, surge el lenguaje y la cultura y con ello, la adquisición de saberes, creencias, mitos que se han transmitido de generación en generación. Es entonces una unidad desde el ser plenamente biológico y plenamente cultural⁷⁷. Esta se refiere al ser humano como, "a la vez físico, biológico, psíquico, cultural, social, histórico y espiritual; una unidad compleja en constante evolución a través de las diferentes disciplinas"⁷⁸, pero a la vez fragmentado pues es complejo concebir una unidad que contemple la materia física, bio-anatómica y espiritual que le constituyen (si separamos estas condiciones sería un "primate de más bajo rango"⁷⁹, este sólo se completa como ser completamente humano por y en la cultura). Y, para efectos de este trabajo de investigación consideraremos también "la experiencia" como elemento fundamental en el desarrollo y su coexistencia con otros

⁷⁷ Tomamos en cuenta la definición de cultura de Edgar Morin, "Se dice justamente las culturas. La cultura está constituida por el conjunto de saberes, saber-hacer, reglas, normas, interdicciones, estrategias, creencias (que bien hay que considerar en este trabajo de investigación), ideas, valores, mitos que se transmiten de generación en generación, se reproduce en cada individuo, controla la existencia de la sociedad y mantiene la complejidad psicológica y social. No hay sociedad humana, arcaica o moderna que no tenga cultura, pero cada cultura es singular", Morin, *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*, 27

⁷⁸ Edgar Morin, *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro* (Francia, Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 1999), 2

⁷⁹ Edgar Morin, *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro* (Francia, Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 1999), 25

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

seres vivos, que por supuesto lo complementan pues es un ser en relación, no está aislado, como describiremos más adelante. El hombre es un ser intelectual, una criatura consciente y auto consciente.

Como ya indicamos, la condición de ser humano no es estática, sino que se ubica en una realidad dinámica y evolutiva. Este hombre día a día se desgasta, se involucra (se compromete), se sustenta en creencias, dioses e ideas que no deben reducirse a simples ilusiones o supersticiones pues éstas tienen raíces antropológicas⁸⁰. Dentro de sus características fundamentales resaltemos la convergencia del ser y de la vida. Este concepto de “vida” es fundamental en relación a la experiencia y también ahora ya desde la fe; en la narrativa judeo-cristiana el *Pneuma*⁸¹, es el respiro vital o soplo de vida y el surgimiento del ser humano al recibir de su Creador el aliento (*ruah* en Hebreo; Génesis 2:7)⁸². Entonces, ¿cómo se modifica esta concepción desde el pensamiento cristiano y desde la perspectiva fundamental de Panikkar?, ó ¿qué suma a la persona en su desarrollo y su entorno? Si estamos proponiendo una tesis sobre una experiencia espiritual, es importante entonces que reconozcamos estas definiciones con el fin de ir complementado lo que hasta aquí hemos revisado.

1.1 La condición del hombre desde el pensamiento judeo-cristiano

“Digo: ¿Qué es el hombre, para que tengas de él memoria,
Y el hijo del hombre, para que lo visites?
Le has hecho poco menor que los ángeles,
Y lo coronaste de gloria y de honra”.

Salmos 8: 4,5

⁸⁰ Concordamos con este concepto según Yuval Noah Harari donde “éstas se refieren al ser humano y su propia naturaleza”, Noah Harari Yuval, *De animales a dioses; Breve historia de la humanidad* (México: Penguin Random House, 2015)

⁸¹ En griego: πνεῦμα

⁸² En las traducciones bíblicas de palabras hebreas como: *nefesh*, *ruaj* y *neshamá* se refieren al “soplo de vida” dado por *Yahvé* al hombre y de allí el surgimiento de la vida narrado en el libro de Génesis. La traducción literal es “espíritu”.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

“¿Y dónde estaba yo cuando te buscaba? Tú estabas, ciertamente, delante de mí, pero yo había desertado de mí mismo y no me podía encontrar: cuánto menos a Ti?”⁸³.

A diferencia de otros relatos sobre la creación y el *Panteón griego* donde los dioses no descienden o interactúan de manera directa con los humanos, en la tradición judeo-cristiana Dios se hace hombre. “Dios ya no es concebido sólo como una idea del bien, sino la efusión personal, la vida que se desborda, la fuerza y el amor subsistente en infinita plenitud que son personas divinas”⁸⁴. El ser humano adquiere dignidad al saberse creado a imagen y semejanza de Dios (Génesis 1:26, 27); está llamado a la filiación divina, es decir, al encuentro “personal” con Dios, de quien recibe la vida y quien también da su vida por salvar la humanidad. Esta “doctrina de la salvación”⁸⁵, como la define José Rubén Sanabria, está basada en el amor⁸⁶.

Esta es la primer experiencia de vida y de conciencia de vivir que nos relata el Génesis enmarcada en la creación del mundo y del ser (Génesis 1 y 2). La condición humana entonces liga primeramente al primer hombre, Adán, con su Creador⁸⁷, lo ubica en un entorno específico (el Edén, Génesis 2:8) *pero lo hace también co-responsable de la creación y la transformación del cosmos en el que vive inmerso* (Génesis 1:26). Para la cultura semita “poner el nombre” a una cosa equivalía a tener el poder transformador sobre ella⁸⁸ y Adán comienza a conocer y experimentar lo cual se traducirá posteriormente en relación a todos los seres vivos, el entorno y obviamente al único otro ser de su especie directa en ese momento, Eva.

Además de la novedad de un Dios que es semejante al hombre, otro acontecimiento relevante dentro de la cultura judeo-cristiana es que el hombre es el encargado de hacer (e iniciar) su propia

⁸³ Agustín, *Conf.*, V, 2, 2: *Sol.*, 8. 15: *De ord.*, II, 8. 47; 18. 48, en José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 39

⁸⁴ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 38

⁸⁵ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 39

⁸⁶ En griego: *ἀγάπη*. El *agapè* o caridad, se utiliza por los primeros cristianos para referirse al amor especial por Dios, al amor de Dios para con el hombre, e incluso a un amor “*autosacrificante*” que cada ser humano debía sentir hacia los demás (Juan 3:16).

⁸⁷ Para Raimon Panikkar, el Creador existe en tanto que crea, en sí mismo no es nada. “Incluso para el Creador, la relación con el hombre y el mundo es constitutiva, aunque Dios no depende del mundo de la misma o idéntica manera en que el mundo depende de Dios”. Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 961, Kindle

⁸⁸ J.M. González Ruíz, “Una espiritualidad para un tiempo de incertidumbre”, *Concilium*, *Revista Internacional de Teología, Espiritualidad*, 1966, 241

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

historia; definir su condición basada en la experiencia como ser vivo. Desde esta visión es inconcebible un Dios que presente al hombre un modelo previo para que lo ejecute en una pura acción imitativa, entonces la condición humana toma tintes de libertad, de responsabilidad y de apropiación de la vida partiendo de la experiencia.

No sólo en el Génesis, sino en otros relatos bíblicos encontramos las interrogantes del ser humano (o cómo Panikkar los define: judíos fracasados) que interpelan constantemente a Dios porque se ha alejado de ellos y los ha dejado a merced del ritmo interno de la historia o de condiciones que podrían ser consideradas como adversas. Por mencionar algunos, Job y su malestar físico, familiar y económico (Job 6:1-14); Jonás quién prefiere actuar en contra de la misma voluntad de Dios (Jonás 1-4) y obviamente Jesús que pregunta, “Padre mío, ¿por qué me has abandonado?” (Mateo 27:47).

No estamos intentando decir que el Dios bíblico sea “absolutamente otro”, mucho menos que está ausente del dinamismo de la historia humana; al contrario, incide constantemente sobre ella y se mezcla en los asuntos humanos, sin llegar jamás a pertenecer a ellos⁸⁹. Es decir, querer unirse a Dios no es únicamente contemplar bajo la superficie de las cosas al omnipresente, sino adueñarse de la tierra que habita para hacerla desembocar en el término divino que ha sido asignado por Dios y cuyo advenimiento prepara él desde el comienzo del tiempo con una lógica sin ruptura.

Para Panikkar, el ser humano es una “pequeña llama divina”⁹⁰ que toca (*tangere*) el infinito (donde cósmicamente se ubica) a través de acciones cotidianas (o contingencias - *cum-tangere*) pues se enfrenta todos los días a realidades no acabadas, no determinadas y por lo tanto, libres, *esta es su condición*. No es una especie de ser independiente sin relación con el mundo y extraño al destino humano: es el Dios del hombre y del cosmos, su principio divino, que como tal sobrepasa infinitamente, pero que no es otra cosa, un “otro” (*aliud*⁹¹); la realidad no es ni criatura ni Creador

⁸⁹ J.M. González Ruíz, “Una espiritualidad para un tiempo de incertidumbre”, *Concilium*, *Revista Internacional de Teología, Espiritualidad*, 1966, 243

⁹⁰ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 966, Kindle

⁹¹ Otro: autro, y este de alt(e)ro, a su vez del latín alter, de al- (compárese *alius*, alienus), que refleja un posible etimo protoindoeuropeo *h₂el-, y el sufijo. Otro es un término técnico utilizado en la filosofía, el psicoanálisis, la sociología, la psicología y la antropología entre otras disciplinas. El otro constitutivo (también conocido como alteridad) constituye

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

entendidos por separado, sino la tensión polar de esta relatividad radical. Agrega que, “Dios no sería libre si no fuese infinito, nosotros no podríamos ser libres si no fuésemos también infinitos, es decir, divinos”⁹²; esto es la libertad del ser a la que el hombre se enfrenta. Agregaríamos que es también la libertad de hacer y de crear desde el entorno en que se encuentra.

Así, Dios-hombre-mundo, obviamente están en una muy estrecha interrelación donde resaltamos el anhelo del hombre por volver siempre a Dios a través del mundo, así como el interés de Dios por el mundo mismo. Tal como se describe en el Salmo 42, “el alma del ser humano tiene sed de Dios” y le busca (Salmos 42: 1-2).

1.2 La experiencia del ser

Esta interrelación que hemos descrito desde la perspectiva de Panikkar, ya sea denominada como: vivencia, acciones, conocimiento o habilidad(es) que se adquieren en el transcurso de la vida, le aportan al ser humano libertad. Este autor, la define junto con la experiencia de la misma como el camino que ha recorrido para llegar a la experiencia de Dios, una experiencia última donde se llega a tocar lo divino. En ocasiones, esta es coartada por otros seres humanos y sistemas de tipo religioso⁹³, político, social y culturales que él mismo ha desarrollado.

Así mismo estas vivencias se experimentan desde el cuerpo con aquello que experimenta, pero incluso van más allá del mero contacto físico y lo que los sentidos puedan registrar, hablamos de *una experiencia* que no se puede formular en todos los casos desde lo racional y por ello la importancia que, al menos para efectos de esta investigación, lo relacionemos y describamos desde lo divino.

un concepto clave de la filosofía continental. Es una idea opuesta a la identidad y se refiere, o se intenta referir, a aquello que es «otro» frente a la idea de ser considerado algo. El otro, considerado siempre como algo diferente, alude a otro individuo más que a uno mismo. Emmanuel Lévinas, *Humanismo del otro hombre* (Madrid: Caparrós Editores, 1993)

⁹² Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2338, Kindle

⁹³ De esto hablaremos en el capítulo II al referirnos a la ortodoxia y la variante que sugeriremos para el ejercicio de la misma.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

La forma de conocimiento del ser humano potencializa su condición desde los cinco sentidos con que ha sido dotado: el tacto, gusto, olfato, vista y oído, de estos hablaremos con detenimiento en el Capítulo II; estos son también la forma con la que el hombre se vale para experimentar su entorno⁹⁴, pues son el dato más inmediato que informa sobre la realidad, desde el cuerpo es que ésta acontece. Podemos imaginar a Adán y Eva caminando por el huerto del Edén, recorriendo, probando, saboreando e interactuando con todo lo que en ese momento era nuevo, una primer experiencia. Este conocer se da desde el experimento en el que, en el mejor de los casos somos conscientes, especialmente cuando es una actividad nueva para el ser y el cuerpo, pero la clave consiste en mantener esa conciencia despierta en todo momento; esta se manifiesta (en nosotros) a través de una *triple mediación*: corporal, intelectual y espiritual, concepto que vamos a revisar con detenimiento más adelante (anotando que según la interpretación que se haga, esta puede tergiversar el sentido de la misma).

Para Panikkar, esta conciencia despierta se relaciona con la vida, entendida como el sentido, no exclusivamente conceptual, sino el sentido (de los sentidos), el sentido (de la orientación) y sobre todo de la conciencia última de la vida donde, “el sentido de la vida es, en el fondo, la experiencia de vida”⁹⁵. La experiencia de vivir tiene y seguirá teniendo diversas expresiones, reiteramos que variarán según el momento de la historia y obviamente de la cultura.

1.3 La experiencia de lo Divino

⁹⁴ Michel Serres, Michel, *Los cinco sentidos, Ciencia, poesía y filosofía del cuerpo*, trad. María Celia Gómez B (México: Taurus, 2002), citado en: Brenda Mariana Méndez Gallardo, “Genealogía epistémica del cuerpo”, *Revista de Filosofía, Universidad Iberoamericana*, 2003, 167

⁹⁵ P Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2559, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

“Toda experiencia mística integral es síntesis intuitiva de la totalidad. Es percepción, en un solo acto, de Dios, del mundo y sus relaciones”⁹⁶.

Siguiendo con Panikkar, la experiencia de la realidad sólo se descubre al reconocer que somos un polo en relación a otro polo, es decir, estamos interconectados, incluso esta condición humana está en relación con otros seres, además del humano. Este autor agrega que, “la experiencia de Dios no es la experiencia del otro, sino de una realidad de la que nosotros somos espejo, y esta realidad que vemos reflejada en nosotros es Amor. El amor es relación y Dios es amor y el amor es Dios”⁹⁷. Entonces agregamos que, la experiencia de Dios no es imposible, sí lo es de un Dios inexistente cuando lo consideramos completamente otro; de esto hablaremos con más detenimiento en el Capítulo II al hablar de espiritualidad.

Retomando algunos conceptos que hemos mencionado, esta experiencia y en relación a la vida, no es dada a través de doctrinas (idea que retomamos de Panikkar), sino a través de Dios que nos ha comunicado la vida, es decir, el reino es totalmente nuestro; la experiencia que todos hemos sido invitados a vivir cuanto hombres, la experiencia del misterio divino que existe en nosotros y que nos hace partícipes de la aventura cosmoteándrica de la realidad⁹⁸, la experiencia de ser únicos, divinos, el centro de la realidad, unidos constitutivamente con la fuente de todo, microcosmos que refleja el macrocosmos entero⁹⁹. A esto Panikkar lo define como teofísica, es decir, “que expresa la intuición de lo divino que empapa cada poro y cada ángulo del mundo material”¹⁰⁰ donde el ser humano está activamente vivo.

⁹⁶ P. Cren, “El Cristiano y el mundo según Teilhard de Chardin”, *Concilium, Revista Internacional de Teología, Espiritualidad*, 1966, 264

⁹⁷ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 690, Kindle

⁹⁸ La intuición cosmoteándrica es la definición de Raimon Panikkar para hablar de las tres dimensiones de la realidad. Primero, comprender que, la aventura humana es indisoluble de la aventura del conjunto de la realidad y que, el ser humano no es superior al resto de la realidad, sino que hay una estrecha relación con la Tierra y ésta forma parte de nuestra autocomprensión. Panikkar describe tres “momentos kaairológicos” en el desarrollo de la conciencia y formula la intuición de que *kosmos*, *theos* y *anthropos* no pueden concebirse aisladamente. Esta visión cosmoteándrica no gravita alrededor de un único punto, ni Dios ni el Hombre ni el Mundo, y en este sentido no tiene centro. Los tres coexisten, se interrelacionan y pueden estar jerárquicamente constituidos o coordinados, pero no pueden aislarse, pues ello los aniquilaría. Este tema se explica a detalle en su libro titulado así, “La intuición cosmoteándrica”. Raimon Panikkar, *La intuición cosmoteándrica, las tres dimensiones de la realidad* (Madrid: Trotta, 1999)

⁹⁹ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 1024, Kindle

¹⁰⁰ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2293, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Para Panikkar, la experiencia en relación a lo divino comprende cuatro momentos distinguibles pero no separables¹⁰¹, mismos que serán claramente identificados dentro de la carrera del maratón en el tercer capítulo:

1. La experiencia pura, el instante, inmediato
2. La memoria de ese momento, mediatizada por el recuerdo
3. La interpretación que hacemos de esa experiencia y,
4. Su recepción en el mundo cultural, que nos ha sido dado y que confiere a la experiencia una resonancia particular.

Es desde una experiencia única¹⁰², desde donde se han contado los grandes relatos de la humanidad y que han dado surgimiento a grandes tradiciones que posteriormente relatan la experiencia del encuentro con lo divino, como la experiencia de Jesús histórico para los cristianos (acotando que la experiencia de Dios no es un monopolio de ningún sistema religioso y “Dios” no es el único nombre utilizado)¹⁰³. Panikkar especifica que, “la experiencia de Dios no es una experiencia especial. Sin los lazos que nos unen con la realidad no podemos tener experiencia de Dios. Esta requiere nuestro entero ser (inteligencia, voluntad, sentimientos, cuerpo, razón) y nuestro ser entero: no fragmentado. Si no estamos integrados, si nuestra experiencia va por un lado y nuestro cuerpo por otro, nuestra experiencia de Dios estará tan fragmentada que ya no es la simple experiencia de Dios. Es, la experiencia en profundidad de todas y cada una de las

¹⁰¹ Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 46

¹⁰² Es única y se vive entonces como genitivo subjetivo, es decir, la experiencia única del amor que Dios expresa para con nosotros y el amor que nosotros experimentamos y/o expresamos hacia El. Hay que dejar claro, siguiendo a Panikkar que, “no es *mi* experiencia (aunque sí es única) de *Dios*. Dios no es ni un objeto - ni de fe ni de experiencia. Es *la* experiencia de Dios – que transita (*ex-perici*) en mí. Es la autoconciencia divina en la que nosotros participamos”. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 167

¹⁰³ Panikkar agrega que, “La experiencia de Dios no puede ser monopolizada por ninguna religión, ni por ningún sistema de pensamiento. La experiencia de Dios, en tanto experiencia última, es una experiencia no sólo posible, sino también necesaria para que todo ser humano llegue a la conciencia de su propia identidad. El ser humano llega a ser plenamente humano cuando hace la experiencia de su último fundamento, de lo que realmente es. La experiencia de Dios, no es experiencia de nada. Tanto la tradición cristiana, desde Dionisio Areopagita hasta Thomas Merton, como la mayoría de las tradiciones religiosas de la humanidad, nos han venido diciendo que de Dios sólo se sabe que no se puede conocerlo. Es aquella *experiencia* en la que se experimenta que la propia experiencia no agota el fondo de ninguna realidad; la experiencia por la cual uno se hace consciente de que –hay algo más–, si se quiere, precisamente permite que sea posible la experiencia”. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 59, 60

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

experiencias humanas: del amigo. Es la experiencia subyacente a toda experiencia humana: dolor, frío, placer, belleza”¹⁰⁴.

Coincidimos con Panikkar al anotar que, prácticamente todas las culturas reconocen que el hombre posee tres órganos o facultades mediante las cuales la persona entra en contacto con la realidad, “cual tres ventanas que nos abren al mundo, no solo exterior sino también interior:

- 1) los sentidos,
- 2) la mente y,
- 3) el sentido espiritual”¹⁰⁵.

Estos son inseparables, o al menos así deberían de ser. En otros momentos o concepciones de la condición humana se han desvinculado y con ello generado visiones truncadas o monoculares que carecen de perspectiva y por ende de la realidad del hombre en un momento específico. Desde la espiritualidad de Oriente son los tres ojos, entonces, “cualquier visión con un solo ojo deforma la realidad porque en último término abarca solo lo que cae dentro”¹⁰⁶.

“Esta triple distinción corresponde a la antropología tripartita tradicional del hombre como constituido por cuerpo, alma y espíritu, partícipe de los tres mundos: el material o sensible, el mental o intelectual y el espiritual o divino (aunque en este campo reine una gran ambigüedad en los vocablos, pero elegimos estos para efectos de este trabajo)”¹⁰⁷. Desde esta “triple experiencia: *empeira*¹⁰⁸ abrazamos la realidad, pero el abrazo es abierto y no se cierra; captamos en cada

¹⁰⁴ Hay que acotar también que “la experiencia de Dios no puede interpretarse como un puro psicologismo que no trasciende los confines del arquetipo o del yo profundo. Es una experiencia óptica y ontológica: es la experiencia que me sobrepasa en cuanto experiencia misma. No descubro otros seres u otra cosa; descubro la dimensión de profundidad, de infinito, de libertad que hay en todos y en todo”. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 61, 62 y 64

¹⁰⁵ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5158, Kindle

¹⁰⁶ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5193, Kindle

¹⁰⁷ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5164, Kindle

¹⁰⁸ εμπειρία, en griego. Doctrina en la teoría del conocimiento, que considera la experiencia sensorial como única fuente de los conocimientos y afirma que todo el saber se fundamenta en la experiencia y mediante la misma. <http://www.filosofia.org/enc/ros/empi4.htm> Consulta el día 2 de Julio de 2019

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

momento la realidad y el misterio nos envuelve”¹⁰⁹, esto es una espiritualidad sanadora, como relataremos más adelante en este capítulo.

Para Panikkar, “el hombre es una imagen de la realidad”¹¹⁰, tanto como la realidad es una imagen del hombre; a ello agrega que, “la clásica *imago Dei* bíblica es válida en ambas direcciones: Dios es también *imago hominis*”¹¹¹. En la tradición griega, estas tres dimensiones de la realidad (y del hombre) serían: lo sensible, lo mental y lo místico (*ta aisthētá, ta noēta, ta mystika*). Desde la filosofía *Vedántica* (Hinduismo), este autor lo define como: lo referente a las cosas, al *ātman* y a lo divino (*ādhībautika, ādhyātmika ādhīdaivika*). A estas tres dimensiones las podríamos también llamar los tres sentidos del hombre “la *empeiria* triádica”¹¹².

Esta metáfora habla de los tres sentidos:

1. el corporal (o material)
2. el mental (o intelectual) y
3. el espiritual (o divino)

Estos son sentidos sensibles a los tres respectivos órganos¹¹³, como hemos ilustrado en la figura 1:

¹⁰⁹ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5210, Kindle

¹¹⁰ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5175, Kindle

¹¹¹ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5175, Kindle

¹¹² Estos tres sentidos corresponden también a las tres sendas de tantas escuelas de espiritualidad en el hinduismo (la purgativa, la iluminativa y la unitiva). Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5182, Kindle

¹¹³ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5187, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

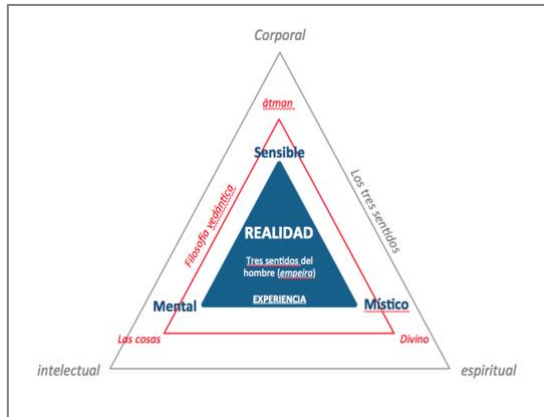


Figura 1

Es importante subrayar tanto la distinción de los tres sentidos como su inseparabilidad, como ya lo mencionamos, especialmente porque proponemos la integralidad del sujeto en el mundo contemporáneo. Acotamos que, no deben confundirse: el conocimiento sensual no es mental (intelectual) ni el espiritual, ni los dos últimos son indistintos; pero los tres sentidos son inseparables, aunque a veces el uno o el otro

se encuentran un tanto atrofiados.

Siguiendo a Panikkar coincidimos en que, “la estructura de la experiencia no es ni una ni triple. Los tres sentidos están imbricados el uno en el otro, como en la *perichōrēsis*, trinitaria”¹¹⁴; “en la Trinidad, no hay nadie superior a nadie porque no hay tres sustancias desconectadas, sino una relación mutua de inter-in-dependencia”¹¹⁵. La mente humana no los puede abarcar de una sola vez, pero tampoco puede reducir las tres dimensiones a una sola, puesto que son distintas.

Ahora, si ejemplificamos esta teoría desde el ámbito del deporte, Hans Lenk, describe su experiencia en esta disciplina y la relaciona con el nivel de intensidad, no es sólo la experiencia *per se*, sino la eleva a un nivel de “interioridad y/o espiritualidad, por la conexión que alcanza: “La intensidad de la experiencia le permite a uno terminar relajado y alegre y de alguna manera con una experiencia mejor. Es más bien una búsqueda de autorrealización que un ansia de victoria sobre otros”¹¹⁶ y el esfuerzo del individuo para dirigir el espíritu a un punto de encuentro (con el otro y con lo Divino); Lenk agrega, “Se hace lo que hay que hacer, sin reflexionar sobre ello o sobre que se hace en general algo. Sencillamente ocurre. Y sin embargo, uno está más concentrado”¹¹⁷. Entonces, podemos conectar esta descripción con la espiritualidad de Oriente siguiendo a

¹¹⁴ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5303, Kindle

¹¹⁵ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5243, Kindle

¹¹⁶ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 295

¹¹⁷ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 297

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Panikkar y el sentimiento del Zen desde un estado de meditación y concentración. En el siguiente capítulo describiremos con detalle este tema.

Lenk considera también la definición Mihály Csikszentmihalyi¹¹⁸, reconocido investigador en el tema de la psicología positiva y experimentado alpinista, en especial su teoría sobre “fluir” (concentración o absorción completa en la actividad o situación en la que se encuentran), en relación a la experiencia total del individuo cuando actúa con entrega y que este psicólogo define como “inmersión”. Esto es, cuando la persona se olvida de sí misma, pierde la conciencia de sí; las tareas precisas de su acción están perfectamente acopladas con las acciones”¹¹⁹.

Csikszentmihalyi describe la experiencia de inmersión al subir una montaña con características como: “integración del espíritu y cuerpo; comprensión del verdadero yo, integración consigo mismo; comunicación directa e inmediata con otros de la misma categoría; dependencia verdadera y perfecta de otros; sentido del puesto del hombre en el universo; unión con la naturaleza; encuentro con preguntas últimas”¹²⁰. Como veremos en el tercer capítulo, una experiencia similar sucede la carrera del maratón, especialmente cuando ésta es una experiencia de inmersión e interioridad, o una actividad que se valora al máximo, que sella y cambia la vida, une totalmente al cuerpo y al espíritu con una tarea factible e incluso a su existencia.

Si los registros desde estas áreas de investigación, como la filosofía y el deporte no fueran suficientes, también la neurobiología¹²¹ reconoce que, la experiencia desde un enfoque

¹¹⁸ Mihály Csikszentmihalyi (Fiume Italia, 1934) es profesor de psicología en la Universidad de Claremont (California) y fue jefe del departamento de psicología en la Universidad de Chicago y del departamento de sociología y antropología en la Universidad Lake Forest. Ha destacado por su trabajo acerca de la felicidad, la creatividad, el bienestar subjetivo y la diversión, pero es más famoso por su creación de la “teoría del *Flujo*”, también conocido como “la zona” es el estado mental operativo en el cual una persona está completamente inmersa en la actividad que ejecuta. Se caracteriza por un sentimiento de enfocar la energía, de total implicación con la tarea, y de éxito en la realización de la actividad. Esta sensación se experimenta mientras la actividad está en curso.

<https://positivepsychology.com/mihaly-csikszentmihalyis-flow/> Consulta el día 30 de Junio de 2019

¹¹⁹ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 296

¹²⁰ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 298

¹²¹ Para Rubia, “la relación entre la experiencia de trascendencia o experiencia religiosa y el sistema nervioso autónomo es obvia”. Agrega que, “numerosos estudios (científicos) han confirmado la influencia que este tipo de experiencias tienen sobre el sistema nervioso autónomo, como el yoga tántrico, la meditación y otras técnicas, que suelen ir acompañados de cambios significativos en la frecuencia cardíaca, la presión arterial o la respiración. También se han hecho mediciones con la conducta eléctrica de la piel, que depende de la sudoración y ésta del nivel de inervación simpática de las glándulas sudoríparas; esta conductancia también se encuentra alterada durante las experiencias religiosas”. Menciona además otras relaciones entre el sistema nervioso espinal o somático, el sistema límbico y los

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

religioso¹²² o divino (tomando como base el concepto de Rudolph Otto¹²³ de “numinoso”¹²⁴), “va acompañada de una sensación de la manifestación de la libertad interna, sensación oceánica de fusión con la divinidad, con la naturaleza, con el Infinito”¹²⁵. Francisco Rubia, catedrático de la universidad Complutense de Madrid, cita a Erwin Rohde¹²⁶, filólogo y helenista alemán, para asociar este concepto con “el éxtasis” como “la liberación del alma del confinamiento obstaculizante del cuerpo, confiriéndole nuevos poderes de los que antes no sabía nada. Una vez alcanzado, el individuo puede percibir lo que sólo los ojos del espíritu pueden percibir: la realidad eterna más allá del tiempo y del espacio. El entusiasmo significa la parte dada por Dios de la misma experiencia y no es otra cosa que el despertar de partes del cerebro que normalmente está dormidas”¹²⁷. Haciendo la aclaración que, no hemos considerado el cuerpo como un obstáculo, sino como parte del sujeto, pero que no está presente en todo momento o, como el mismo Rohde dice, algunas de sus partes han estado dormidas, ya sea por omisión o por que así (el sujeto) lo ha aprendido desde la religión.

A diferencia de la vida cotidiana, o ciertas prácticas espirituales que se rigen por normas¹²⁸, mejor definidas como ortodoxas, esta triple experiencia y el éxtasis que ella supone se experimentan como excepción, no como sistema teológico, sino una elección en la forma de la actividad religiosa

estados alterados de conciencia, por mencionar algunos. Francisco J. Rubia, *La Conexión divina, la experiencia y la neurobiología* (España: Paidós, 2009), 154

¹²² Estudiamos aquí la observación de Rubia sobre la experiencia desde la mística y la religión, pero reconociendo que, “no es exclusiva de las religiones en el sentido corriente del término ..., sucede también desde las religiones tradicionales (chamanismo), y se puede producir y así ha sido, en muchas personas que o son panteístas o incluso ateas”, Francisco J. Rubia, *La Conexión divina, la experiencia y la neurobiología* (España: Paidós, 2009), 121

¹²³ Rudolph Otto (1869-1937), teólogo protestante y profesor de teología sistemática en Gotinga, Breslau y Marburgo, es recordado fundamentalmente por su obra, *Lo santo. Lo irracional y lo racional en la idea de Dios* (Madrid: Alianza Editorial, 2005), que desde su publicación en 1917 influyó enormemente en la comprensión del hecho religioso y en el nacimiento de la fenomenología de la religión.

¹²⁴ Esto es, “la sensación que puede llegar repentinamente, como una suave marea que permea la mente con un ánimo tranquilo o de profunda adoración, continuando como un estremecimiento vibrante y resonante hasta que se desvanece y el alma retoma su modo de experiencia cotidiana no-religiosa o profana”, Rudolf Otto, *The Idea of Holy* (London: Oxford University Press, 1936), 12. De esto hablaremos detenidamente en el Capítulo II.

¹²⁵ Francisco J. Rubia, *La Conexión divina, la experiencia y la neurobiología* (España: Paidós, 2009), 22

¹²⁶ Erwin Rohde (Hamburgo 1845-1898), Rohde será determinante en la discusión sobre el valor de la obra de Nietzsche, *El nacimiento de la tragedia*, por el año de 1872, la cual fue fuertemente criticada por el filólogo Wilamowitz como una obra sin valor científico en cuanto a interpretación de la tragedia griega se trata. Rohde no desmentirá dicha opinión; su postura se centrará en defender la obra como una excelente interpretación filosófica, y específicamente estética, de la tragedia griega, sin que con ello haya un compromiso con los hechos históricos.

¹²⁷ Francisco J. Rubia, *La Conexión divina, la experiencia y la neurobiología* (España: Paidós, 2009), 23

¹²⁸ Algunas prácticas de la espiritualidad ortodoxa se realizan a través de los misterios de la Iglesia y la vida ascética (practicante), el cristianismo ortodoxo define cualquier teología cristiana donde sus adherentes consideren la correcta y fundamentada práctica(s) en su totalidad en la Biblia, doctrina que fue establecida en una serie de concilios. Timothy Ware, (Kallistos de Dioclea), *The Orthodox Church: An Introduction to Eastern Christianity* (Oxford: Penguin Books, 1993)

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

y trascendente. Toca al individuo en el mundo contemporáneo, “iniciar a los que nos siguen en la experiencia de Dios”¹²⁹. Esta es la experiencia de la vida desde diversas prácticas o caminos, como la carrera del maratón; un kilómetro con otra persona, es un pretexto de encuentro y quizás, haga más que un buen libro, la experiencia de una vivencia puede ser más que una *lectio*¹³⁰, por muy edificante que esta intente ser.

La experiencia de Dios para Panikkar, además de lo que ya mencionamos, “consiste en tocar con la totalidad de nuestro ser la totalidad del Ser- sentir en nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestro espíritu la entera realidad en nosotros y fuera de nosotros”¹³¹, dicho de otro modo, esto es la integralidad del sujeto contemporáneo y la vivencia de su espiritualidad.

¹²⁹ Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 72

¹³⁰ Al hablar de la experiencia de la vida espiritual, Thomas Ryan describe la relación entre la consciencia y la vida de oración de la siguiente forma: “Supongamos, por ejemplo, que alguien recita los salmos. Si todo marcha como es debido, ello puede constituir una verdadera experiencia de oración. Pero no siempre ocurre así. Mientras se recitan los salmos puede ocurrir que tan sólo se experimente una lucha por evitar las distracciones. Media hora más tarde, esta misma persona sale a correr por su sendero favorito de la arboleda y de repente se siente inundada de ese mismo espíritu de oración que nunca consigue vivir durante la hora dedicada a la meditación. Se siente vivir desde dentro y su corazón se ensancha y queda embargado por la presencia de las transparentes hojas otoñales, por la explosión de color que le llega desde las flores que le miran desde la hierba, por la compañía de las demás personas con las que encuentra a lo largo del sendero. Mientras nada puede llegar un momento en que ya no distingues entre el agua y tú mismo, y tu corazón, en un arrebatado de gratitud, celebra esta comunión íntima. Mientras dura esa experiencia, todo tiene sentido, todo adquiere un significado. Estás en comunión con tu yo más profundo, con todo lo que te rodea, con Dios. ¿Dónde estaba la verdadera oración: en la recitación de los salmos o en la carrera a través del bosque? El fruto sazonado de una genuina vida de oración consistirá en devolver a la monótona rutina de nuestro vivir cotidiano no la idea de Dios, sino la conciencia de que Dios está presente”. Thomas Ryan, “Hacia una espiritualidad del deporte”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 285

¹³¹ Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 171

2. La persona, un ser-en-relación

Pero ¿qué es una experiencia sino es en relación?; ¿de qué manera se realiza el ser humano?; ¿todo tipo de experiencia, relación y “auto-realización” es posible, pertinente y deseable? Creemos que no cualquier relación, sino aquella que implica más que un acercamiento con el otro y destinada a descubrir esta relación yo-tú, estaría encaminada a la experiencia de la autorrealización de la persona como “clave trascendental”¹³²; fundamentar esto, es a lo que nos avocaremos a continuación.

2. 1 El ser humano en un complejo presente

En la megamáquina de la metrópolis económica en la que vivimos, se le ha robado la espontaneidad al ser humano, vivimos en una civilización de los medios. Todo parece ser un medio para hacer más dinero, economizar esfuerzos, ir más deprisa, producir más, ser más perfecto, llegar más arriba, alcanzar otro nivel, correr más rápido..., y así sucesivamente. Como revisamos en el apartado anterior, coincidimos con Bauman al definir este momento en la historia como un complejo presente para existir, pero éste no es el sentido de la vida como también lo hemos revisado. No se trata de vivir más deprisa o mejor que los demás. Cuanto más deprisa se vive cómo incluso parece ser una demanda en la época actual, menos se vive, porque la vida no está al final, sino en el presente. Cuanto más vive uno dependiendo de los medios, menos es uno amo de sí mismo. El ser humano está sometido a reglas y rutinas pues, como Bauman agregaría, el sujeto en la modernidad ya no es “liviano”¹³³, ahora el hombre carga más y con ello el desplazamiento es menor; el exceso de información, reglas y controles, nos confunde, lo que nos deja altamente vulnerables a los fallos del sistema y a la generación de actitudes compulsivas”¹³⁴. Lo anterior, anunciaría más bien a un hombre completamente desprotegido y desubicado dentro de una época líquida, como Bauman nombra a la modernidad. Por ello, correr, como veremos en

¹³² Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999)

¹³³ Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2000), 8

¹³⁴ Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2000), 78. Hoy la adicción a buscar ejemplos, guías y, cuantas más actividades se hacen para buscar satisfacer los deseos, tanto más se necesita y tanto más desdichada se siente la persona.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

el tercer capítulo, es también una invitación a ir sin prisa por irónico que pueda parecer, livianos y simplemente sintiendo las palpitaciones en cada zancada.

Además, desde esta época líquida, bajo la premisa de que la persona ya no es vista como una totalidad, desde los avances de la tecnología y el estudio de la biología, y dentro del campo de la bio-ética, “el cuerpo humano está cada vez más asistido”¹³⁵. Provisto de instrumentos que aumentan su radio de acción, el ser humano es sometido a una disolución de la relación persona-cuerpo y la percepción de las sensaciones y conexiones con los cinco sentidos, al poner mayor atención o énfasis sólo en una parte del todo, vive desconectado de sí mismo. Hay que mencionar también la conciencia del sujeto en saberse finito y con ello intentar prevenir el envejecimiento, por ejemplo, combatiendo signos de la edad, ya sea con prótesis u intervenciones que pueden también desconectar al sujeto con el cuerpo y las sensaciones del paso del tiempo en el cuerpo¹³⁶.

Estos elementos externos que funcionan a modo de prótesis, en algunos casos se han vuelto *indispensables*, como el uso del teléfono móvil. Algunos *gadgets* también han potencializado sus capacidades de desarrollo, por ejemplo logrando que un atleta corra distancias en menor tiempo o suministrando al cuerpo suplementos químicos y en un caso extremo, el uso de sustancias químicas que potencializan las capacidades físicas. Igualmente, hoy con mucha facilidad se realiza un trasplante de órganos, como si fueran piezas de una máquina que simplemente dejan de funcionar y se reemplazan, incluso alterar la composición genética. Así, y siguiendo a Marc Augé, antropólogo francés, “el cuerpo asistido está condenado a cierto grado de frustración, pues sólo constituye un elemento dentro de un sistema”¹³⁷.

A este panorama, habría que sumarle además el decreciente desinterés por el bien común, característica de la modernidad, y el ascenso de los sentimientos hedonistas del tipo “yo primero”¹³⁸.

¹³⁵ Marc Augé, *¿Por qué vivimos?* (Barcelona: Gedisa, 2004), 66

¹³⁶ De este tema hablaremos más a detalle en los siguientes capítulos. David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 11

¹³⁷ Marc Augé, *¿Por qué vivimos?* (Barcelona: Gedisa, 2004), 67

¹³⁸ Hablar de hedonismo requeriría un apartado especial, pero no es la línea de este trabajo de investigación, pero hay que mencionarlo porque esto ha afectado las relaciones entre las personas y por ende el encuentro; ¿dónde queda el encuentro significativo con el otro y como se re significan los conceptos que hemos revisado? Más bien, es una

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Pareciera que hoy, más que nunca, nos está costando mucho hacernos sujetos y auto-relacionarnos, especialmente cuando se trata de una sociedad basada en establecer relaciones utilitarias e individualistas. Como lo plantea Bauman, somos “sujetos consumistas que busca[mos] sólo distracciones, pero el vacío interior sigue allí presente, es decir, no hay una interiorización”¹³⁹ y por ende tampoco una (auto)realización. De aquí la importancia, y aún pertinencia, de seguir preguntando no sólo *qué* sea el hombre, sino, más en concreto y tras la propuesta de la filosofía contemporánea, *cómo* hacernos o realizarnos como hombres y como humanidad, como personas. ¿Existen diversos caminos para ello? ¿Qué alternativas mirar, especialmente ante una sociedad contemporánea y una *era del vacío*, echando mano de la expresión de Lipovetsky, para realizarnos como personas?

Respondiendo a inquietudes como éstas recurrimos entonces a una autora como Bárbara Andrade que distinguirá tres elementos propios para definir lo que sea la persona en su camino de (auto)realización¹⁴⁰.

La persona es:

- la alteridad que representa el prójimo
- la alteridad del ecosistema y,

característica de la modernidad descrita por Bauman. Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2000), 30

¹³⁹ Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2000), 17

¹⁴⁰ Andrade supone que el problema teológico mayor en torno al Dios-Trinidad es de tipo kerigmático y conceptual: a) muchos se fundan en una visión no cristiana de Dios, en vez de apoyarse en el kerigma de la iglesia; b) por eso intentan comprenderse a sí mismos y a Dios como sustancia, es decir, como realidad absoluta, cerrada en su interior, perfecta, y no como relación de amor. En contra de eso, Andrade ha querido elaborar una teología kerigmática, poniendo en el centro de su discurso el valor de la persona como relación activa. Eso significaría entender a Dios y al ser humano en un contexto de "praxis", es decir, de encuentro creador interpersonal, que se traduce en forma de gratuidad y vida compartida. La experiencia teológica clave para Andrade es, en una palabra utilizada por su maestro P. Knauer, la confianza ilimitada (cf. 43), es decir, la capacidad de abrirse a otros, que son los que nos hacen ser, dándonos confianza. En ese trasfondo resulta insuficiente la visión de la metafísica griega, que interpretaba a Dios en claves de naturaleza, como un absoluto separado en sí, distinto de los hombres. Por eso hay que elaborar una ontología relacional que pueda vincular y vincule la incomprendibilidad absoluta de Dios (ser en sí) y su amor total hacia los hombres (51), a quienes sostiene y ofrece confianza. Andrade Bárbara, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática*. Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- la apertura como oquedad de sentido.

Como vemos, los humanos somos seres que no alcanzamos a ser del todo si nos encerramos en nosotros mismos. Somos seres abiertos al don¹⁴¹, es decir, a dar y recibir el ser desde otro ser (alguien), distinto a nosotros, que está más allá de nuestro ser y presencia. Por esto, cuando decimos que somos "deseo de realización", afirmamos también con ello que, *el hombre es relación con otro*¹⁴²: dinamismo constante de realización-con-otro. Andrade define al hombre como: "sujeto capaz de encuentro", "en apertura ilimitada hacia Dios y hacia los otros hombres"¹⁴³. La tarea fundamental del ser humano consistiría en "hacerse persona"¹⁴⁴, es decir, en experimentarse a sí mismo como persona, comunión participativa, actividad y presente con otros. Una alteridad que nos deja en constante inquietud y convierte el encuentro en algo que no se objetiva en una identidad personal, sino que, por el contrario, es el desestabilizador de la objetividad que nos obliga a pensar la verdad del yo y el tú en encuentro en términos de fidelidad existencial viva y no de identidades y conceptos. Esta manera de mirar la alteridad como clave fundamental de la espiritualidad en general y en particular de la cristiana, haciendo problemáticos términos como equilibrio o complementariedad, términos que se viven y concretan, precisamente, en la carrera de la maratón.

Andrade sostiene que es preciso "desarrollar una ontología de la trascendencia humana y del encuentro", cuyo centro sea la relación, no la sustancia¹⁴⁵. Por eso, ella no puede colocar en el principio de la teología un Dios de tipo absoluto (valioso en sí, autosuficiente), sino la comunión con Dios que es el don del Espíritu Santo¹⁴⁶.

"El Dios cristiano es aquel que en el acontecimiento de Cristo se ha mostrado como el que es poderoso en toda la realidad", ofreciendo su confianza a los humanos, de tal forma que "les sana

¹⁴¹ La noción de "don" la definiremos más adelante con la propuesta de Adolph Gesché.

¹⁴² José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 27

¹⁴³ Más adelante en este mismo capítulo definiremos también "encuentro" y "Dios", éste último desde un visión judeo-cristiana.

¹⁴⁴ Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 110, 111

¹⁴⁵ Andrade Bárbara, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática*. Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999, 63

¹⁴⁶ Andrade Bárbara, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática*. Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999, 68

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

y cambia"¹⁴⁷. De esa forma, por el acontecimiento de Cristo, el Dios comunión ha penetrado en la comunión humana, de tal forma que debemos afirmar que "el sufrimiento y la muerte... también conciernen a Dios, porque el Espíritu de la comunión entre el Padre y el Hijo los ha sobrellevado en la cruz del Hijo y los ha transformado en una vida nueva desde el Padre". Dios no es proceso natural (de tipo hegeliano), de manera que no podemos identificarlo con el mundo; pero, siendo trascendente, ha querido penetrar en nuestra historia.

En Cristo, Dios se nos ha comunicado como el que puede sufrir y por eso como el que es poderoso en nuestro sufrimiento. Esto es lo mismo que afirmar que Dios es capaz de entrar en la historia y que es poderoso en nuestra historia. La capacidad de sufrimiento y la capacidad de entrar en la historia son realmente idénticas, porque nunca ha habido una historia sin sufrimiento, ni la habrá. Dios es el solidarios con los hombres que sufren y mueren y el que tiene poder en su historia. Por eso puede cambiar la desgracia histórica en salvación¹⁴⁸. Así, se trata de una trascendencia en comunión.

En una tradición semejante a la de Andrade, se ubicaría Ferdinand Ebner, filósofo austriaco¹⁴⁹, quien coincide en la capacidad del hombre de comunicarse al decir que "la existencia (del yo) no radica en su relación consigo mismo, sino – y esta es la circunstancia sobre la que cae todo el peso- en su relación con el tú"¹⁵⁰. No es sustancia cerrada¹⁵¹ (ser que existe en sí mismo), ni sujeto ya fijado, que domina sobre su entorno objetivo, sino un *yo* que se busca a sí mismo (pregunta por su propia identidad), trascendiéndose, cuestionante y dependiente¹⁵², en apertura ilimitada hacia el tú (el otro). Por lo anterior decimos del hombre ser un yo-en-relación y apertura a un *tú*.

¹⁴⁷ Andrade Bárbara, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática*. Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999, 70

¹⁴⁸ Andrade Bárbara, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática*. Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999, 72

¹⁴⁹ (1897- 1931). Junto con Martin Buber y Franz Rosenzweig, es considerado uno de los más destacados representantes del pensamiento dialógico. El pensamiento filosófico de Ebner se centra en la relación *Yo y Tú* -relación dialógica-, un pensamiento que guarda semejanzas con el existencialismo cristiano de Gabriel Marcel.

¹⁵⁰ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 139

¹⁵¹ Sin embargo, el yo subjetivista de la modernidad puede llegar a ser egoísta, incapaz de comunicarse con otro y haciendo de éste otro yo.

¹⁵² Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 109

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

De manera semejante, Carlos Mendoza, doctor en Teología¹⁵³, reivindicará que el hombre, “ni es sustancia monádica, ni alteridad pura, *sino relación*”¹⁵⁴ y además agregando la perspectiva de dignidad humana (el aporte del pensamiento cristiano después del Panteón griego; el hombre se sabe creado a imagen y semejanza de Dios).

Entonces, la persona se experimenta desde el mundo contemporáneo como frágil. Se trata de una presencia que se sabe (auto-presencia) -concepto heredado de la dialéctica hegeliana y la hermenéutica-, no en aislamiento, como ya dijimos, sino en relación comunicativa y apertura a la otredad, según los siguientes niveles:

1. **Persona como autopresencia relacional: los otros.** “La clave de nuestra identidad está en aquello que nos pone en relación con el otro”¹⁵⁵. La línea anterior, resulta inseparable de esta línea horizontal, que liga a una persona a otras personas, es decir, a otros “tú” humanos. Sólo estoy presente en mí (soy yo) en la medida en que me encuentro abierto desde y hacia otros, en camino compartido. No soy ante los demás un “yo” hecho (sujeto definido ya), al que luego se le añaden algunas relaciones, más o menos accidentales, sino que solamente existo en relación con ellos, pues me fundan, crean y definen. Ciertamente, el lugar de la definición plena de la persona como yo (autopresencia) es la misma apertura hacia “el misterio” (lo divino), como veremos en el tercer nivel aquí propuesto, pues sólo esa apertura puede hacer que surja el yo, de manera definitiva y constante. Esto significa que el encuentro trascendente (con el otro y con Dios) no puede entenderse ni vivirse fuera de la apertura comunicativa, gratuita, creadora, hacia los humanos. De este encuentro hablaremos más adelante.

¹⁵³ O.P. Fraile dominico mexicano. Doctor en Teología, con habilitación en Teología fundamental, por la Facultad de Teología de la Universidad de Friburgo en Suiza. Miembro del Sistema Nacional de Investigadores de México. Académico de tiempo completo de la Universidad Iberoamericana Ciudad de México y profesor invitado en diversas universidades de Brasil y México.

¹⁵⁴ Carlos Mendoza-Alvarez, *¿Qué es hoy la dignidad humana? (compilación)* (México: Universidad Iberoamericana, 2015), 47

¹⁵⁵ J. L. Chrétien, *L'Appel et la Réponse, Minuit* (Paris, 1992), 71, comentando a Plutarco, *Le Démon de Socrate* (588 b-589 f), en *Oeuvres morales VIII*, edición de J. Hani (Paris, 1989), 103-107. Citado en Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 65

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

2. **Persona como autopresencia en el mundo y en la historia.** Sólo puedo estar presente en mí, en comunicación con otros y en apertura al misterio, como lo veremos a continuación, en la medida en que formo parte de un mundo y me encuentro inmerso en una historia compartida. Por eso, historia y mundo no son algo simplemente objetivo (opuesto a mi ser de sujeto), como realidad exterior a mi persona, sino que configuran mi apertura trascendente y definen mi encuentro con los otros. De esa forma constituyen elementos integrantes de mi autopresencia; son momentos de mi propia realidad, es por ello que la relación con el mundo y el compromiso con la historia son un elemento fundante de la apertura religiosa y relacional de los seres humanos, es decir, de su definición como personas.

3. **Persona como autopresencia trascendental.** El ser humano es autopresencia, una realidad autocomunicativa que se rebasa a sí misma, en línea de misterio (en relación con Dios). Sólo de esa forma, como apertura superior, el ser humano puede mostrarse estrictamente como un "yo", es decir, como una autopresencia verdadera: *estoy en mí (puedo identificarme conmigo mismo) únicamente en cuanto vivo en apertura al que me hace ser (el misterio)*. Únicamente en cuanto vivo en apertura al misterio. Sólo si el misterio me llama puedo responder y decir "yo", haciéndome presente e identificándome conmigo mismo. Sólo si el misterio me liga y relaciona (me religa), separándome, al mismo tiempo de todo el resto de las realidades, puedo decir "yo" y ser persona, estando presente en mí mismo. Esta presencia (que no es pura posesión, ni conciencia cerrada), sino don y diálogo, conciencia compartida, me define en radicalidad, como persona. Por eso es lógico que Andrade inserte en la apertura trascendente la línea del yo como autopresencia: me descubro y me conozco en la medida en que soy conocido.

En suma, definimos aquí a la persona como "relación activa" que sólo existe y se mantiene en la medida en que actúa y se relaciona, desde y con la otredad (los demás, el mundo, la divinidad). Esto significa que la otredad es parte innegable de nuestra realidad, o al menos así debería de serlo desde esta perspectiva de lo que decimos es "persona". Esto, representa una alternativa a

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

la manera en como se es ser humano en el mundo contemporáneo, en el que parece que sólo se puede hablar de personas “fragmentadas”¹⁵⁶.

Hoy por hoy, el hombre se ubica viviendo en “tiempos de crisis”¹⁵⁷, “porque su pensar está asentado en lo seco, en lo frío, por el dominio secular de la metafísica. El pensar tiene que ponerse a la escucha del ser”¹⁵⁸.

¹⁵⁶ Por ello la propuesta de integración desde una *espiritualidad integral*, conceptos que desarrollaremos a lo largo de este trabajo.

¹⁵⁷ Tiempos de crisis, o cómo el Consejo Episcopal Latinoamericano lo define en el Documento de Aparecida: “este nuevo contexto social donde la realidad se ha vuelto para el ser humano cada vez más opaca y compleja. Donde se hace más difícil percibir la unidad de todos los fragmentos dispersos que resultan de la información que recolectamos. Cuando las personas perciben esta fragmentación y limitación, suelen sentirse frustradas, ansiosas, angustiadas. La realidad social resulta demasiado grande para una conciencia que, teniendo en cuenta su falta de saber, fácilmente se cree insignificante. Es por esto que, muchos estudiosos de nuestra época han sostenido que la realidad ha traído aparejada una crisis de sentido. Documento de Aparecida, *Texto conclusivo de la V Conferencia General del Episcopado Latinoamericano y el Caribe* (Aparecida: CELAM, 2007), 13-31 y 33-39

¹⁵⁸ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 54

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

2.2 El encuentro. Parte constitutiva de la persona

“La clave de nuestra identidad está en aquello que nos pone en relación con el otro”¹⁵⁹; “este descentramiento de sí mismo se llama en términos cristianos fe”¹⁶⁰.

Un aspecto fundamental de la condición humana es el reconocerse como “*en relación*” hacia la experiencia de la autorrealización (como persona). Así por ejemplo, tomamos en cuenta la propuesta que un autor como Karl Jaspers, psiquiatra y filósofo alemán, hace ante una visión pesimista de principios del siglo pasado: “se opone a la visión ontológica del hombre y piensa que, el hombre no es un estar, sino un ir de camino en la tarea de autorrealización existencial”¹⁶¹. Desde una perspectiva semejante, Adolphe Gesché agregará que, “el hombre es un ser que tiene la capacidad de dejarse emocionar y transformar(se) por aquello que le viene de fuera”¹⁶². Es decir, la autorrealización de la persona se da en y desde las relaciones significativas con otras personas, lo cual definimos como “encuentro”, situación que lleva al hombre a su plenitud como persona.

Como dirá Sanabria, la existencia humana en todos sus aspectos, es una lucha, que nos impulsa a la trascendencia en otro (o en *Otro* con mayúscula¹⁶³), a quien se llega no de manera conceptual, sino mediante símbolos,¹⁶⁴ gestos y, agregamos nosotros, experiencias de fe. Por ello, la misión humana, es “llegar a ser propiamente hombre gracias a imbuirse del ser; llegar a ser uno mismo adquiriendo la certidumbre de Dios”¹⁶⁵.

Ahora bien, al hablar del “encuentro”, debemos de diferenciar entre la dimensión propia de la antropología filosófica, y la perteneciente a la experiencia anunciada en la antropología teológica

¹⁵⁹ J. L. Chrétien, *L'Appel et la Réponse* (Paris: Minuit, 1992)

¹⁶⁰ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 65

¹⁶¹ Karl, Jaspers, *Filosofía* (Madrid: Rev. de Occidente, 1968), 423

¹⁶² Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 102

¹⁶³ Para Raimon Panikkar, “Dios no es ni el Mismo (monoísmo) ni el o lo Otro (dualismo). Dios es un polo de la realidad, un polo constitutivo; silencioso y por tanto inefable en sí pero que habla en nosotros; trascendente pero inmanente en el mundo; in-finito pero delimitado en las cosas. Este polo no es nada en sí mismo. No existe sino en su polaridad, en su relación. Dios es relación, íntima relación interna con todo”. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 86

¹⁶⁴ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 55

¹⁶⁵ Losada, *La fe filosófica*, trad. J. Rovira Armengol, (Buenos Aires, 1953), 124

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

pues, como ya hemos visto, la otredad desde donde nos realizamos, puede referirse tanto al encuentro con el otro (los demás, el prójimo), como con el Otro (la divinidad, lo sagrado). Como es bien sabido, el pensamiento religioso estima que el sustento (tanto ontológico como de sentido) se encuentra en Dios. Así, un autor como Adolphe Gesché, afirma que “la religión estima que la felicidad y bienaventuranza del hombre consiste en que no se halle sólo, y que no se piense a partir de su inmanencia, sino a partir de *una alteridad y de su trascendencia*”¹⁶⁶. La libertad, la búsqueda de sentido, la realización en el mundo a través del mundo y los otros, serán para Gesché, desde la fe y el don y, lo que más en concreto denominamos “búsqueda de encuentro” que responde a la demanda más humana que existe: “¿qué me provoca existir?”¹⁶⁷.

Así por ejemplo, en la Historia de Israel, David el Salmista preguntará, “¿Qué es el hombre, para que tengas de él memoria, y el hijo del hombre, para que lo visites?” (Salmos 8:4). Con lo anterior, pareciera que se da a entender que la persona es ya conocida por Dios, pues “esta en su memoria”. Pero además el Salmista dice que, “somos visitados por la divinidad”. Es decir, Dios acontece o “visita” al hombre, haciendo alusión a la Historia de la salvación o el encuentro como búsqueda de sentido¹⁶⁸ que nos interpela y convierte, modificando quiénes somos pues, “¿Qué soy yo, en qué me convertiré cuando tenga a Dios cara a cara?”¹⁶⁹.

Como bien lo anuncia Gesché, siguiendo a Levinás y algunos más de la escuela Personalista, el yo es interpelado por el tú, gracias a lo cual la identidad se pone en juego pues todo encuentro con el otro modifica nuestra presencia en el mundo. Además, desde la fe, el Otro, Dios, aparece como aquél que nos permite afirmar nuestra identidad y dirigirnos hacia dimensiones que esclarecen el sentido, abriéndonos “hacia perspectivas sobre las cuales [no habíamos] pensado que se podía

¹⁶⁶ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 32

¹⁶⁷ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 49

¹⁶⁸ El sentido puede existir, ser reconocido y vivido sin que debamos recurrir necesariamente a Dios, Viktor L. Frankl habla del sentido definiéndolo como, en hallar un propósito, en asumir una responsabilidad para con nosotros mismos y para el propio ser humano. Así, teniendo claro un “por qué” podremos hacer frente a todos los “cómo”; solo sintiéndonos libres y seguros del objetivo que nos motiva, seremos capaces de generar cambios para crear una realidad mucho más noble. Viktor E. Frankl, *El hombre en busca del sentido último, el análisis existencial y la conciencia espiritual del ser humano* (México: Paidós, 1999). Adolphe Gesché agrega que, “porque éste puede ser porque provenga de las mismas cosas de la vida, pero corremos un gran riesgo de instrumentalizar a Dios, de convertirlo en algo que nos sea útil, de ponerlo al servicio del sentido. Afirmar que Dios es el sentido del sentido implica despreciar la consistencia del sentido. El sentido no sustituye a dios y Dios tampoco sustituye al sentido. Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 10

¹⁶⁹ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 49

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

pensar”¹⁷⁰. Es precisamente aquí donde surge el *don* que ya antes anunciábamos, y que Gesché lo presentará como el que puede dar sentido a todo hombre que viene a este mundo.

La persona quiere saber quién es Dios y cómo este encuentro modificará su existencia. Desde allí es importante que Dios sea este que es y no un ídolo modelado por el hombre a la medida de sus necesidades y sus fantasmas; un dios falso, más allá de probar su existencia, probar lo que dicen o que niegue al verdadero Dios, es falso porque falsea al hombre, y con el cual la persona no haría más que encontrarse y servirse a sí mismo¹⁷¹. Por ello es importante que el encuentro suceda desde El Dios que es, y la persona, “que Dios sea otro rostro cuya identidad, cuyo nombre, nos resulte necesario para poder comprendernos”.

Este encuentro tiene relevancia¹⁷², sólo si *a posteriori* la persona puede verse a sí misma y desde allí reflexionar en el sentido de su existencia, de la vida misma, y hacia la trascendencia y la autopresencia en el mundo y la historia. Pero también la persona, desde su soledad constitutiva, como lo define Sanabria, “busca la relación con lo divino porque acepta pasivamente la divina revelación. El hombre está sólo. El espíritu es completamente extraño al cuerpo; entre ellos no hay relación natural”¹⁷³. Y si la hubiese, no sería tan profunda como la que se da desde la autopresencia. “La existencia, así, pierde su rigidez de abstracción y adquiere la dinamicidad de lo viviente: la existencia no es, pues, un ser rígido, sino una relación viviente y una correlación vivida entre persona y persona”¹⁷⁴. Entonces, siguiendo a Andrade, la existencia última se da en el encuentro con el *Otro*, con mayúscula, es decir, con Dios.

¹⁷⁰ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 10

¹⁷¹ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 50

¹⁷² Para Raimon Panikkar, “A Dios se le encuentra en todas partes, pero no de cualquier manera. No es cuestión de banalizar la experiencia de Dios. No todo éxtasis estético, arrobamiento erótico, admiración intelectual, alegría biológica, sufrimiento o entusiasmo por la naturaleza, son experiencias de la divino. En rigor, podrían serlo, pero hace falta que sean experiencias puras. Y ésta es la condición: la pureza del corazón”. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 119

¹⁷³ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 178

¹⁷⁴ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 147

2.3 El otro ¿lugar de extravío o de encuentro sanador?

Tanto Gesché como Carlos Mendoza, describen al otro como “la alteridad”¹⁷⁵ y como factor constitutivo de la persona (confrontación con el otro), no como intruso, sino como aquél que, “por su misma alteridad me convoca y de esa forma me hace salir del encerramiento en mi mismo”, me hace ir hacia “el encuentro”, al fin persona en relación y no aislada. Esta alteridad Gesché la describe como el otro (*alter, heteros*), no como enemigo, intruso, un *alienus*, “aquel que efectivamente y de hecho me aliena”¹⁷⁶. Podemos decir también que, el encuentro no sucede de forma significativa, si vemos al otro como igual o sin curiosidad, más allá de las superficialidades o las similitudes; sin posibilidad de aprendizaje.

En la película *Prometheus*¹⁷⁷, el *alien* (el extraterrestre) es percibido como un enemigo, el completamente otro al hombre, precisamente porque es un intruso en el mundo humano. Sin embargo, también es la posibilidad de que surjan preguntas tales como ¿quién o qué es el creador del *alien* y del hombre? ¿Dónde está y cómo lo encuentro? ¿Qué es el ser humano como raza? Y, finalmente ¿cuáles serían los límites del poder sobre nosotros mismos y el *alien*? Como sea, es a través de esta alteridad-*alien* que aparece la pregunta por la identidad de la persona a partir el encuentro con lo totalmente distinto, con lo otro y extraño. ¿Quién soy?, ¿cómo soy en relación al otro y al Otro? Y desde allí ¿hacia dónde me dirijo?

La nave *Prometheus* y sus tripulantes salen del planeta Tierra en busca de los orígenes de la humanidad (para efectos de esta tesis, en busca del Otro con mayúscula) y, en su viaje a *Ítaca*,¹⁷⁸ -aludiendo al poeta griego de Alejandría Constantino Cavafis¹⁷⁹, en la búsqueda de lo que incluso hoy seguimos persiguiendo-, se encuentran con el *alien* que los convoca a preguntarse por su origen, pero sobre todo, por esta relación con el Otro para entonces poder identificarse, ellos, como seres humanos; “la fe que los otros nos ofrecen en la que abre nuestra ruta”¹⁸⁰ hacia el

¹⁷⁵ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 53

¹⁷⁶ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 53

¹⁷⁷ *Prometheus*, Dir. Ridley Scott, Act. Noomi Rapace, Michael Fassbender y Charlie Theron (2012; Twentieth Century Fox)

¹⁷⁸ <https://culturainquieta.com/es/inspiring/item/12984-itaca-un-poema-nos-recuerda-que-el-viaje-es-mas-importante-que-la-meta.html> Consulta: 2 noviembre de 2018

¹⁷⁹ <https://www.biografiasyvidas.com/biografia/k/kavafis.htm> Consulta: 2 Noviembre de 2018

¹⁸⁰ F. Mauriac, *Un adolescent d' autrefois, en Oeuvres romanesque et théâtrales complètes* (Paris: Gallimard, 1985), 802

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

encuentro pues, como dirá Gesché “Ante el *alienus* hostil y perturbador, que me desapropia, yo me vuelvo efectivamente extranjero a mí mismo”¹⁸¹.

En contraposición a la idea del hombre como *sujeto en relación*, está la conciencia del peligro que para él suponen los demás seres humanos¹⁸²; el ser humano está en competencia, lo que dificulta o no da lugar al encuentro. Los seres humanos han amenazado siempre a otros, pero el hombre no era el enemigo de la humanidad (incluso ni lo suficientemente poderoso para hacer desaparecer a toda la especie humana), la autocomprensión ha dejado de ser auténtica, la comprensión del propio sujeto.

Hemos definido la importancia del otro dentro del encuentro, incluso nombrándolo como *el alien*, esa presencia que me cuestiona sobre mi propia identidad y que me hace *salir*, pero en la modernidad, esta definición se ha tergiversado. Bauman dice que, hoy día hay que “hacer todos los esfuerzos por mantener a distancia al *otro*, el diferente, el extraño, el extranjero y con ello la decisión de excluir la necesidad de comunicación, negociación y compromiso mutuo, no sólo son concebibles sino que aparecen como la respuesta esperable a la incertidumbre existencial a la que han dado lugar la nueva fragilidad y la fluidez de los vínculos sociales”¹⁸³, es decir no existe el espacio para el encuentro. Estos deseos convergen, se funden y condensan en la política de separación étnica, y particularmente en la defensa contra la marea de *extraños*. Bauman cita a Georges Benko¹⁸⁴:

“Hay otros que son más otro que otros, los extranjeros. Excluir a las personas como extranjeros porque ya no somos capaces de concebir al otro da testimonio de una patología social”.

El otro (*el alien*) debe ser más bien ocasión para el encuentro con uno mismo. El otro, ha de ser como “la experiencia de ser sanado”¹⁸⁵, como *el lugar más privilegiado para encontrarse a sí*

¹⁸¹ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 56

¹⁸² Raimon Panikkar, *La Religión, el mundo y el cuerpo* (Barcelona: Herder, 2014), 27

¹⁸³ Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2000), 117

¹⁸⁴ Georges Benko y Ulf Strohmayer, *Space and Social Theory: Interpreting Modernity and Postmodernity* (Oxford: Blackwell, 1997) en Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2000), 117

¹⁸⁵ Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 113

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

mismo; aquí es donde sucede la manera más clara y radical que “la persona es relación a otros”¹⁸⁶ y también, donde el otro nos dice quiénes somos y quién podemos llegar a ser. “Ser sanado” es un “ser entero” (de allí la propuesta y la búsqueda de una espiritualidad integral desde la carrera de la maratón), es tener y contener todo lo que necesito para ser un “yo” autopresente y a serlo siempre más.¹⁸⁷ El encuentro con el otro *es un proceso de vida* que consiste, siguiendo a Bárbara Andrade¹⁸⁸, en cuatro características fundamentales:

- 1) El encuentro es la *búsqueda trascendental* de mi yo. Todas las posibilidades del yo, que se concentran en este tú único. Aquí sucede la búsqueda de la identidad de mi yo que sólo puedo encontrar en el tú.
- 2) El encuentro es *aceptación mutua*. Se da sólo cuando el otro me acepta a mí como yo lo acepto. Esta intercesión mutua del “yo” es experimentada como un *yo soy para ti* y un *tú eres para mí*. Cada uno se convierte en la meta más profunda del otro. Desde esta concepción de ser aceptación mutua, comprendemos mejor que “tanto el –yo- como el –tu- quieren caminar cada vez más hacia el otro, significar más para él, adherirse más a él, e integrarse ilimitadamente en el proceso de la mediación mutua del –yo, que toma forma la búsqueda de totalidad”¹⁸⁹. Así, un autor como Ebner agregará que “el ser persona adquiere su auténtica realidad cuando se halla en tensión en el ámbito de intimidad del diálogo. También la categoría del *encuentro*, que constituye el ser más auténtico de la persona”¹⁹⁰. En el acto del diálogo se lleva a cabo lo que constituye propiamente la existencia: la vinculación viva del yo y el tú y la interrelación de ambas personas; aceptación mutua, incluso frente a lo divino. “El yo no se puede hablar nunca a sí mismo dentro de sí, y por lo tanto se debe de buscar en el tú”¹⁹¹.

¹⁸⁶ M. Friedman, citado en Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 113

¹⁸⁷ Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 128

¹⁸⁸ Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 116

¹⁸⁹ Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 121

¹⁹⁰ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 146

¹⁹¹ *Worth und Liebe*, p. 124

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- 3) El encuentro es, ser *yo*, esto es, lo mismo que *ser libre*. El hombre es un ser que quiere hacer algo con su vida y quiere que su vida, en todo caso, sea suya¹⁹². A este respecto, Gesché afirmará también que, “Dios no ha creado un ser que sea totalmente visible y sin secreto para él, sino un ser lleno de sorpresas, un ser ante el cual –aunque sólo sea para respetarse a sí mismo y para respetar al hombre – el mismo Dios va caminando como hacia alguien que no le resulta totalmente transparente”¹⁹³; es decir, el encuentro es la libertad ejercida cuando *soy yo* y desde allí se da el encuentro como un *don* que, “no es aplastante, sino viene para añadir a nuestra vida un toque o elemento insuperable. El hombre se encuentra en el corazón de la gracia de su humanidad. Esta alteridad divina se ofrece (al hombre) libremente”¹⁹⁴, y por ello es un don y es una propuesta también para alcanzar su identidad. Agregamos además que, esta “es una relación posible con el hombre –su imagen y semejanza- que aquella en la que este es y queda infinitamente respetado”¹⁹⁵. Un libre ofrecerse al otro y así recibirse de él.
- 4) El encuentro es *creador*. En él acontece la creación del nuevo *yo*, tanto de mi *yo* como del tú. El encuentro ilumina y transforma la realidad personal que antes tomaba por mía y la convierte en algo nuevo.

A lo anterior, Andrade agregará que, “El encuentro hace posible la autorrealización del *yo* en cuanto a pregunta trascendental”¹⁹⁶. Este cambio sólo puede producirse por y en el encuentro con otros y, finalmente, con la divinidad. Así, el encuentro representa para la persona, esa dimensión en la que le es posible comprender *quién soy* y desde allí objetivar esta autopresencia en el *tú*. Es por ello que el encuentro también es una dimensión en la que acontece la máxima liberación (trascendencia) del *yo*¹⁹⁷, tal como lo definimos en este trabajo en la página 42 (la persona en su camino de (auto)realización).

¹⁹² Libertad en relación a la alteridad de un Dios que no permite y no quiere tener otra relación posible con el hombre, aún cuando éste sea a su imagen y semejanza, que aquella en la que este es y queda infinitamente respetado. “Desde la fe, todo –lo que viene de Dios a nosotros y también lo que va de nosotros a Dios y de nosotros a otros hombres- debe de ser vivido en la libertad gozosa de aquello que está por encima de todos los condicionamientos”. Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 11

¹⁹³ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 27

¹⁹⁴ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 77

¹⁹⁵ Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 77

¹⁹⁶ Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 116

¹⁹⁷ Siguiendo a Andrade, *Dios en medio de nosotros*, 1999), 121, desde el concepto de “encuentro como aceptación mutua”, agregamos que, tanto el –yo- como el –tú- quieren caminar cada vez más hacia el otro, significar más para él,

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Si bien el encuentro transforma la realidad (del y el sujeto mismo), es importante considerar que a su vez lo hace como un proceso pues, siguiendo la propuesta de los pensadores hasta aquí citados, cada vez que sucede, se da desde un momento diferente del “yo” (el hombre está en constante transformación, es sujeto inacabado). Por esto, y concluyendo, el encuentro es donde la existencia pierde su rigidez de abstracción y adquiere una dinamicidad: la existencia no es, pues, un ser rígido, sino una relación viviente entre persona y persona.

adherirse más a él, e integrarse ilimitadamente en el proceso de la mediación mutua del –yo, que toma forma la búsqueda de totalidad.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- La experiencia de ser sanado



Ciudad de México, 28 de Octubre de 2015. En el centro y en silla de ruedas, Claudia† flanqueada por otros runners que ese día se encontraron con ella.

*El tú, la alegría y ese momento crucial de la vida se fusionaron un 28 de Octubre de 2015, en la Ciudad de México, durante la “Carrera por la lucha contra el cáncer”¹⁹⁸, donde *el encuentro* reunió a varios corredores alrededor de Claudia†, quién padecía en ese entonces y desde 10 años atrás, un severo cáncer de pulmón. Inicialmente ella sólo convocaba a sus amigos a apoyar esta causa corriendo, pero su espíritu de vida quería participar de una manera mucho*

más activa y presente. Fue entonces que, me animé a invitarla a correr, teniendo claro para mí que ello implicaba llevar a Claudia en silla de ruedas, su tanque de oxígeno y *ese tú* que superaría toda experiencia de encuentro, por un recorrido de 10 kilómetros sobre asfalto y acompañados de más de veinte mil corredores¹⁹⁹.

Con temor, no teniendo claro qué implicaría correr empujando la silla de ruedas de Claudia durante el recorrido, el cual en condiciones de carrera individual no superaría los 45 minutos, pero ahora el escenario era una *prima experiencia* donde los sentidos, la mente y el espíritu se conjugarían en una realidad distinta.

Claudia compartía el temor, no sólo porque dependía de alguien más para llevarla, sino porque su movilidad era limitada y además, respiraba con ayuda de un tanque de oxígeno; pero era su alegría y emoción lo que la tenía lista. Así que con el disparo de salida comenzamos la carrera.

¹⁹⁸ En 2015: <https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/carrera-caminata-cruzada-avon-lametaestaenti-autoexplorate> Consulta el día 8 de Agosto de 2019. Organizada una vez al año por una empresa de cosméticos, esta carrera busca generar conciencia sobre la importancia de la autoexploración para la prevención del cáncer de mama. <https://www.carrera-avon.mx/index.html> Consulta el día 8 de agosto de 2019.

¹⁹⁹ <https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/carrera-caminata-cruzada-avon-lametaestaenti-autoexplorate> Consulta el día 9 de agosto de 2019.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

“¡Pista, pista!”²⁰⁰, era la expresión de Laura, una amiga que corría con nosotros unos metros adelante abriéndonos paso y entonces sucedía lo inesperado, no sólo despejaba el camino para la silla de ruedas, sino que los otros corredores se detenían absortos al ver que no era una corredora más rápida que intentaba rebasar, sino una mujer en silla de ruedas experimentado una carrera de velocidad por primera vez. Al dejarnos pasar, los aplausos continuaban, así como los gritos de “¡ánimo!”, “¡adelante, tú puedes!”, y otras expresiones de asombro que siguieron durante todo el recorrido.

Yo, me preocupaba por ella mientras empujaba la silla de ruedas y buscaba mantener un paso firme, pero suave a la vez, para no causarle algún dolor o molestia. Ella aferrada al tanque de oxígeno y a la silla, se preocupaba por mí, diciendo que “era mucho esfuerzo físico para mí”. Mi cuerpo respondía bien, tenía los brazos adormecidos de ir empujando la silla pero sabía que podía continuar. El cuidado mutuo, más los otros corredores que literalmente le hacían una valla, desveló ese encuentro y esa apertura limitada en conexión, uno con el otro. A los 4 kilómetros, teníamos la opción de cerrar sólo en cinco, pero ella decidió seguir hasta los 10 kilómetros y sólo me decía entre lágrimas de alegría, “¡vamos muy bien, vamos corriendo juntos!”, en ese momento ambos nos relajamos y comenzamos a disfrutar la carrera como esa experiencia y momento crucial irreplicable; donde la atención por el camino o la ruta se disipó dando paso al momento donde se conectaron todos los sentidos de mi cuerpo buscando simplemente disfrutar la experiencia de mi ser, pero también del otro y por ende conectarnos con lo divino.

Al llegar a la meta, habíamos simplemente recorrido juntos un camino sin medida, no fueron diez kilómetros, sino ese peregrinaje que, *desde el encuentro permitió sanarnos* recorriendo un camino nuevo y ejercitando la espiritualidad desde una experiencia única.

“Me sentí libre, muy feliz; me conecté con toda la gente que me veía pasar, pero también terminé agotada. ¡fue como haber corrido diez kilómetros con mis propios pies! Siento en mi cuerpo los efectos de la carrera y me duele, siento el dolor en mis piernas y el agotamiento en mis pulmones, pero sobre todo, siento la alegría en mi corazón de haber corrido una carrera. esta ha sido, una

²⁰⁰ Expresión típica de un corredor durante una carrera que, busca rebasar o ir más a prisa que el grupo, el resto de los corredores que suponen van más lento, deberían de orillarse a la derecha, dejando la pista del lado izquierdo libre para que éste pueda seguir.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

de las mejores experiencias de mi vida y le doy gracias a Dios por haberme dejado llegar hasta aquí para vivir esto”, Claudia.

Bauman plantea una espiritualidad (o al menos una experiencia desde la espiritualidad) que sana desde una narrativa poética; también Panikkar ha descrito la vida como una sinfonía musical donde cada nota cuenta y podemos cerrar este apartado con esta frase:

“Nuestra vida, tanto si lo sabemos como si no, y tanto si nos gusta esta noticia como si la lamentamos, es una obra de arte. Para vivir nuestra vida como lo requiere el arte de vivir, como los artistas de cualquier arte, debemos plantearnos retos que sean (al menos en el momento de establecerlos) difíciles de conseguir a bocajarro, debemos escoger objetivos que estén (al menos en el momento de su elección) mucho más allá de nuestro alcance y que parezcan estar tozuda e insultantemente muy por encima de nuestra capacidad (al menos de la que ya poseemos) en todo lo que hacemos o podemos hacer. Tenemos que *intentar lo imposible*. Y sólo podemos esperar, sin el apoyo de un pronóstico fiable y favorable (ya no digamos de certidumbres), que mediante un esfuerzo largo y agotador podremos algún día llegar a alcanzar estos niveles y conseguir aquellas metas para, de este modo, ponernos a la altura del reto planteado²⁰¹.

La experiencia hacia la sanidad desde el encuentro sensible tiene también ese componente de incertidumbre, pero esto es parte de la condición humana como hemos venido mencionado; esto es también un camino por recorrer o como veremos más adelante “la no ortodoxia”: arriesgar el encuentro durante una carrera con una persona en silla de ruedas. Es intentar ir más allá de los límites establecidos, no para llegar a la meta y a prisa (en un sentido de competencia), sino para integrar la vida, los sentidos y con ello propiciar el encuentro con lo divino.

2.4 Espiritualidad y encuentro

²⁰¹ Zygmunt Bauman, *El arte de la vida, De la vida como obra de arte*, (2008), 22, 23, ePub base r1.2 Edición digital: diegoan

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Siguiendo con la ciencia ficción desde el mundo contemporáneo, nos valemos de un clásico ejemplo para comenzar este apartado, la novela de Momo²⁰² del escritor Alemán Michael Ende. Este relato de un mundo tecnologizado viene a cuenta en este trabajo de investigación, porque, aún cuando es fantasía y ficción para niños, retrata muy bien algunas de las situaciones que hemos descrito y que además sigue siendo un referente que no pasa de moda. Ende introduce a los “hombres de gris” quienes hacen que la gente olvide sus experiencias, salvo su obsesión por ahorrar (todo) el tiempo posible para un hipotético uso posterior. Esto afecta en absoluto a los pobladores haciendo de la vida algo estéril, pues muchas actividades de interrelación con el otro y de satisfacción personal se consideran como “pérdida de tiempo”, como el arte, el descanso y seguramente que también actividades lúdicas como el atletismo.

Momo es una niña huérfana, que enfrenta a los representantes del banco del tiempo, logrando después de una larga batalla, “devolver” el tiempo a las personas y con ello combatir el peligro de verse reducidos por los intereses ocultos de una sociedad consumista, pero sobre todo, de un modelo economista que deja de lado las sensaciones consideradas “superfluas” y que, en el fondo, son lo realmente importante en la vida humana que siempre tiene una vertiente espiritual. Si como hemos dicho, el hombre es un sujeto en relación, en un contexto tecnologizado como el de Momo o un presente complejo ¿dónde es que se dan estos encuentros? ¿cómo propiciar un encuentro en una sociedad apresurada como la tecnocrática?

En la carrera del consumo (coincidentalmente, Bauman compara esta carrera con un maratón), la línea de llegada siempre se desplaza más rápido generando un deseo insatisfecho en el consumidor, aún el más veloz, pero la mayoría de los consumidores tienen músculos demasiado flácidos y pulmones demasiado pequeños como para correr rápido. Y de ese modo, como en la maratón anual de Londres, podemos admirar y elogiar a los ganadores, pero lo que verdaderamente importa es seguir en la carrera hasta el final, sin importar la posición en el podio, sino el proceso que la carrera, o la vida, permite experimentar. Al menos la maratón de Londres tiene un final, pero la otra carrera -destinada a alcanzar la elusiva promesa de una vida libre de problemas- no tiene fin: tiene línea de largada, pero no de llegada.

²⁰² Michael Ende, *Momo* (España: Alfaragua, 1984)

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Así, seguir corriendo, la gratificante conciencia de seguir en la carrera, se convierte en la verdadera adicción, y no en el premio que espera a aquellos que crucen la línea de llegada. Panikkar agrega que, “el sujeto experimenta también, la angustia de la soledad y la solitaria (en el mundo contemporáneo); es un itinerante que viaja y viaja en busca de algo que no sabe qué es y que cree está en las medallas²⁰³, aludiendo a la carrera de la maratón como un itinerante espiritual para la autorrealización.

A lo anterior, Panikkar agregará que, de este mundo fabricado por el hombre, creando un sistema artificial, el hombre “se ha independizado de su ingeniero”²⁰⁴, dejando al individuo más perdido y olvidado de lo que se sintieron jamás los humanos ante lo divino, lo natural, o los mundos humanos.

Así, es claro que las sociedades contemporáneas han producido expresiones y narrativas de un sujeto separado, seccionado. Generando polaridades como las de cuerpo vs. mente, hombre vs. sociedad, economía vs ética, individuo vs espiritualidad, se generan separaciones no sólo del hombre para consigo mismo y sus constitutivos, sino además, en su relación con el otro.

En 1984²⁰⁵, Viktor L. Frankl escribió una serie de tesis sobre el hombre como nos interesa considerar aquí (aunque tiene otros elementos desde una dimensión social); un ser integral, indivisible y en busca de “sentido”, aún en medio de situaciones límite, dándole un lugar especial al espíritu y la trascendencia.

Así, siguiendo algunos de dichos enunciados²⁰⁶, decimos que:

- 1) La persona es un individuo: la persona es indivisible, no admite partición, no puede ser subdividida ni escindida, y esto sencillamente porque es una unidad.
- 2) La persona es insumable: la persona tampoco puede ser amalgamada, y esto por el hecho de que no es sólo unidad, sino también totalidad (en contraposición al mundo

²⁰³ Aquí también, separamos el análisis del deporte desde la óptica de la competitividad y/o sólo como una actividad de esfuerzo físico ya que la meta o la medalla no es el fin, así como tampoco describiremos la preparación física de un medallista olímpico, o de corredores que ganan la carrera de la maratón en tiempos records y de nuevo, bajo un estricto sentido de competitividad.

²⁰⁴ Raimon Panikkar, *La Religión, el mundo y el cuerpo* (Barcelona: Herder, 2014), 28

²⁰⁵ Viktor E Frankl, *La idea psicológica del hombre* (Barcelona: Rialp, 1984)

²⁰⁶ Para efectos de nuestra reflexión, citaremos sólo las tesis que consideramos cercanas a nuestro objetivo.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

contemporáneo y tecnologizado donde el cuerpo humano está cada vez más asistido funcionando a modo de prótesis, Augé, 2004).

- 3) La persona es espiritual: esta se encuentra en contraposición al organismo psicofísico (considerando la observación sobre la dimensión espiritual para Frankl y la logoterapia, desde un acercamiento noológico, no asociado a lo religioso, sino a lo existencial, religarse ante el cosmos).
- 4) La persona es dinámica: la persona puede distanciarse y alejarse de lo psicofísico, haciendo evidente su naturaleza espiritual; se encuentra en constante movimiento y búsqueda, en constante construcción y definición de sí misma.
- 5) La persona sólo se comprende a sí misma desde el punto de vista de la trascendencia: el hombre es realmente hombre sólo en la medida en que se entiende desde el punto de vista de la trascendencia. Es persona en la medida en que es personificado por la trascendencia, una llamada que escucha sólo en la conciencia.

Entonces, en síntesis, de la persona podemos precisar como: 1) un sujeto capaz de encontrarse consigo mismo, con los otros y con Dios; 2) quien se ubica en un lugar, tiempo-espacio con el que también se relaciona o interactúa; 3) una unidad entre cuerpo-mente-espíritu.

Es interesante ver cómo, desde una plataforma secular, Frankl reconoce a la espiritualidad como intrínseca de la persona humana. Frankl, autor de la Logoterapia, ubicará a la “persona” en “el tránsito entre lo espiritual como esencial al hombre y la unidad como lo constitutivo y lo constituyente del hombre”²⁰⁷. Buscando en el hombre un centro y una raíz, otorgará este autor, consistencia ontológica a la espiritualidad humana: “Porque la dimensión espiritual, fuera del hombre, no adquiere realidad ni consistencia ontológica por sí misma” y por ello “es preciso encontrar aquello que explique al hombre no sólo en su espiritualidad sino, y fundamentalmente, en su unidad y totalidad”.

Considerando así a la persona, aparece no sólo como deseable, sino como *urgente*, como los hombres de gris en Momo, el retorno a la espiritualidad. Ésta resultaría la forma más clara y más

²⁰⁷ Viktor E Frankl, *El hombre en busca del sentido último, el análisis existencial y la conciencia espiritual del ser humano* (México: Paidós, 1999)

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

profunda del ser, una realidad ontológica por excelencia. En ella el ser manifiesta su doble aspecto: acto existencial y plenitud. El ser es infinito y por lo mismo trasciende, de suyo, de toda determinación. “La persona es el ente en el que se deviene logos-intelección y palabra”²⁰⁸.

Como bien se afirmaba ya desde antiguo, “el hombre por naturaleza es un ser social”. Sin embargo, como lo hemos ya desarrollado aquí, esta “socialidad” del hombre la comprendemos como ser-en-relación²⁰⁹, para lo cual será necesario además incluir “la reflexión²¹⁰ y la libertad” como elementos naturales de la comunicación y del encuentro en la persona. Sin estos elementos, la persona quedaría atrapada en una visión únicamente racionalista, emocional o meramente instrumental. La apertura al otro, que desde la tradición judeo-cristiana ha sido pensado como “prójimo”, es, entonces, una relación constitutiva del ser humano. El prójimo desborda los lazos carnales, geográficos, raciales, culturales, políticos. El prójimo irrumpe en la vida de cada uno, al margen de todas las previsiones y por encima de toda planificación. Por ello algunos explican que el segundo gran mandamiento que Jesús da a los hombres es claro: “ama a tu prójimo, como a ti mismo”²¹¹ (Mateo 22:36-40), mandamiento que a su vez estará antecedido por: “Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente”.

Por su parte, Scheler, dirá que “el hombre es el ser vivo que puede adoptar una conducta ascética ante la vida”²¹² y por ello, el hombre es indefinible porque es completamente único, a lo cual Sanabria agregará que “es misterio”²¹³; como un buscador de Dios, aquí se produce la apertura hacia el reino de Dios.

²⁰⁸ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 248

²⁰⁹ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 139

²¹⁰ Reflexión, también denominada como la manera de comprender y explicar cómo lo exterior, lo distendido espacio-temporalmente, se hace interior o se escapa o supera el espacio y el tiempo. Significa “recogerse sobre sí mismo y darle vueltas a lo que ha pasado y puede pasar”, de acuerdo a Chozza (1988, 27), cuando el hombre se encuentra con otro hombre y sucede el encuentro, éste suceso que hace que la persona se pregunte; para ello hace falta de alguna manera ser sí mismo, tener una intimidad, un “dentro”. En el capítulo 3, en la descripción de la carrera del maratón, exploraremos a fondo el concepto de *reflexión*; el corredor durante una carrera, tiene un tiempo “a solas” para reflexionar, sobre sí, sobre su persona; durante 42.195 kilómetros o entre 3 y 4.5 horas corriendo es mucho el tiempo para reflexión. Sanabria dice que, “el hombre es el viviente que tiene la capacidad de reflexión (autotransparencia). El Hombre necesita ser incomodado para llegar al punto de saber que no sabe, la presencia del otro me empuja”, Chozza (1988), 69

²¹¹ Para Jesús, todo ser humano a quien hay que amar *es el otro*, sea o no hermano.

²¹² José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 56

²¹³ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 68

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Así, el hombre es el ser que se trasciende a sí mismo, trasciende su vida y toda vida y se orienta a lo divino”²¹⁴. Sanabria resalta también la importancia de los sentimientos y entonces podríamos dejar de abordar al hombre como una existencia rígida, y más bien como una flexible. Esta concepción la exploraremos con mayor detenimiento en el siguiente Capítulo, precisamente para aclarar qué son los sentidos corporales y su conexión con la espiritualidad.

Ya sea interioridad, intensidad o un estado de meditación, la espiritualidad desde una ortodoxia práctica, que no deshumanice la experiencia de fe y que, por el contrario, se sustente en el encuentro propio de la experiencia (de fe), donde los sentidos, la mente y el espíritu están en consonancia, enfocados en la autorrealización del individuo y con ello sucede el encuentro.

²¹⁴ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 57

Conclusión del capítulo: El camino para hacerse persona

Hemos revisado cómo la condición del ser humano es cambiante según el momento histórico, la cultura y otros factores, como la conexión con lo divino y su concepción desde lo cristiano, pero también, los retos a los que se enfrenta en un complejo presente, especialmente ante un escenario que oculta su condición eminentemente relacional, y que escinde la fragmentación y desintegración de su ser.

Entonces, caracterizamos la condición del ser humano como *abierto* y en proceso de “hacerse persona”²¹⁵ desde la(s) experiencia(s) y en relación dentro del universo que habita. El hombre, como *sujeto capaz de encuentro, en apertura ilimitada hacia Dios y hacia los otros hombres* es, privilegiadamente, un ser en constante autorrealización a través del otro. Desde esta concepción, el ser humano se experimenta a sí mismo como persona, es decir, como un *yo* (sujeto), pero sólo en la medida en que es comunión participativa con otros.

El hombre no tiene naturaleza, sino historia; a través de una serie de acontecimientos, se va formando (a través del encuentro y las relaciones) de distintos modos, como un ser itinerante que camina en busca de sentido. Cada encuentro significativo le afirma; es una historia compartida que se vive en apertura con quien le hace ser. Es la experiencia de ser sanado desde el lugar más privilegiado para encontrarse consigo mismo con el otro.

Pero el mundo contemporáneo presenta un reto: la desintegración de la persona, la fragmentación del hombre e incluso la vacuidad de sentido, que en este caso se relaciona con el encuentro (el otro y lo divino), perdiéndose en la búsqueda de lo que lo llevaría a la autorrealización y al autoconocimiento. En este panorama ¿qué lugar tiene la espiritualidad o, como dice Panikkar, “la experiencia de la vida”²¹⁶ frente al otro, abarcando la vida entera y el cuerpo (íntegro, y no sólo en una de sus partes)?, ¿Cómo suscitar el encuentro sensible con el otro y con el misterio para, entonces, hablar de una plena autorrealización como personas?

²¹⁵ Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 110, 111

²¹⁶ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 277, Kindle.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Este proceso será el que describiremos en el siguiente capítulo, especialmente desde una dimensión no ortodoxa, como la anuncia Panikkar, y desde el ejercicio de la libertad para el hombre.

CAPITULO II

Espiritualidad: *Un desafío hacia la integralidad del sujeto contemporáneo*

Introducción al capítulo

¿Es la espiritualidad significativa en el mundo contemporáneo?

“La vida espiritual no consiste en hacernos religiosos, sino en ayudarnos a hacer realidad esa dimensión religiosa que ya está presente en la profundidad de nuestro ser”²¹⁷.

En este segundo capítulo hablaremos de la espiritualidad y cómo sugerimos abordarla en una era secular²¹⁸, con el fin de responder ¿qué tipo de experiencia espiritual integral podemos considerar pertinente para el sujeto contemporáneo? Una hipótesis es, describir una espiritualidad que suscite el encuentro con uno mismo, con el mundo, y con los otros y que, por lo tanto, se distingue de aquella concepción que la entiende como una evasión del mundo. Se trataría, más bien, de una puesta de atención en la identidad del ser humano y la experiencia de vivir, tal como vivió Jesús en su época y por ende habremos de considerar una espiritualidad relacionada al ámbito de la fe, en específico judeo-cristiana y sus aportes desde el pensamiento bíblico.

²¹⁷ Thomas Ryan, “Hacia una espiritualidad del deporte”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 284

²¹⁸ Al hablar de secularidad y de la experiencia de Dios, no nos estamos refiriendo a la ausencia de Dios en la sociedad o de un planteamiento de la fe en un mundo descristianizado. De acuerdo a Juan Antonio Estrada, en el mundo contemporáneo, “vemos un resurgir de lo religioso incluso en conexión con los neoconservadurismos y la oleada restauracionista en varios sectores de la sociedad”. Aquí buscamos establecer algunas dimensiones de lo que podríamos llamar “experiencia secular y laical de Dios en el mundo”, es decir, una experiencia de Dios en, desde y para los que viven en el mundo. Esta es la tarea para el mundo contemporáneo: demostrar que el encuentro con Dios es posible sin renunciar de una forma u otra al mundo. Juan Antonio Estrada, *La Espiritualidad de los laicos* (México: Ediciones Paulinas, 1994), 293

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Si bien la manera de precisar su significado es cambiante según el momento histórico -incluso hoy varía según el acercamiento, ya sea doctrinal, filosófico o ideológico, así como del contexto en que se utilice-, para efectos de esta investigación, partiremos de entender la *espiritualidad* desde: “lo más digno, lo más noble, incluso lo más importante que el ser humano puede y debe afrontar en esta vida”²¹⁹. Lo anterior, responde al hecho de considerar que la espiritualidad²²⁰, primeramente, es una expresión que se ocupa de la vida humana, del sujeto que se deja vivificar o impregnar por el Espíritu como símbolo, gracias a lo cual el *hombre es consciente de que está vivo*. Se trata de un movimiento de encarnación de una visión religiosa en medio de la cotidianidad. Esto es el detonante de “una visión más completa de nosotros mismos y de todas las cosas”²²¹.

Hablar de espiritualidad es ya un trabajo de investigación en sí mismo, por ello nos enfocaremos en lo que está directamente relacionado a los sentidos espirituales y el valor intrínseco del cuerpo para una praxis desde la no-ortodoxia en el mundo contemporáneo.

Por mencionar sólo algunos autores claves en quiénes sustentaremos las respuestas a estas interrogantes para este segundo apartado son:

- José Tolentino Mendonça, arzobispo, poeta y teólogo portugués²²², quien dice que, “hay más espiritualidad en el cuerpo”²²³ y para ello la propuesta de este trabajo de tesis es que dejemos de considerar la experiencia sensorial-epidérmica como algo frívolo y alejado del terreno espiritual, para poder *desocultar* las contribuciones de ésta a la integralidad del cuerpo, desde una fenomenología y antropología de los sentidos. Para Mendonça una espiritualidad que concibe los sentidos es descrita como aquella donde, “si tuviéramos que buscar un sinónimo para espiritualidad, elegiríamos interioridad”²²⁴, además de sanadora (no sólo para las patologías de la modernidad, sino el camino a la integralidad

²¹⁹ José María Castillo, *Espiritualidad para insatisfechos* (Madrid: Trotta, 2008), 29

²²⁰ Del latín *spiritus*, espíritu

²²¹ Raimon Panikkar, *Espiritualidad Hindú sanātana dharma* (Barcelona: Kairós, 2004), 50

²²² José Tolentino Calaça de Mendonça (Machico, Portugal, 1965), ha sido profesor y vice-rector en la Universidad Católica Portuguesa y actualmente ejerce como Archivista y Bibliotecario en el Vaticano.

²²³ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 11

²²⁴ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 9

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

del sujeto contemporáneo), “el camino que conduce y puerta que se abre al encuentro con Dios”²²⁵.

- Continuaremos con Panikkar que considera elementos críticos dentro de la experiencia de la espiritualidad en una triple forma: devoción, conocimiento y acción²²⁶, además reflexionaremos en su visión desde Oriente porque aportará elementos clave para la praxis en Occidente tal como la llamada “secularidad sagrada”. Al referirnos a la no-ortodoxia este autor lo describe como un peregrinaje hacia Dios y sencillamente un ejercicio de autoconocimiento, “sin reglas, sin supervisión”²²⁷; al menos no desde lo establecido y no nos cansaremos de repetirlo en este capítulo.

En el mundo contemporáneo la espiritualidad se ha visto relegada de áreas fundamentales de la vida cotidiana²²⁸, fragmentando (sino al menos generando incertidumbre) al sujeto y dando mayor importancia a otras aristas de la persona, particularmente en el cuerpo, incluso a prácticas hedonistas²²⁹. Sumado a esto, José María Castillo, sacerdote católico español miembro de la Compañía de Jesús hasta 2007, escritor y teólogo, afirma que, la espiritualidad mal entendida o mal enfocada puede también entrar en conflicto con las aspiraciones de la persona, la felicidad,

²²⁵ José Tolentino Mendoza, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 16

²²⁶ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2238, Kindle

²²⁷ Bauman agrega que, “la Iglesia deseaba ser la única línea de conexión con Dios, desconfió de ellos desde el inicio y pronto se tomó la molestia de obligarlos a entrar en las órdenes monásticas, bajo la estrecha supervisión de reglas y rutinas. Los protestantes, como dice Weber, realizan una hazaña impensable para los solitarios eremitas de antaño: se convirtieron en peregrinos del mundo interior”. Zygmunt Bauman, *De peregrino a turista, o una breve historia de la identidad. Cuestiones de Identidad cultural*. Stuart Hall y Paul du Gay (comp.) (Buenos Aires-Madrid: Amorrortu Ediciones, 2003), 45

²²⁸ Además en el mundo contemporáneo encontramos una marcada diferencia y con ello la separación, incluso a nivel cultural, entre lo divino y lo humano, lo espiritual y lo material, regresando a sistemas binarios que, más que generar consistencia y certezas, suscitarían incertidumbre al reproducir procesos de segregación y exclusión; como el cuerpo y las pasiones (pathos-movimientos) del ánimo como el dolor, el esfuerzo físico, el agotamiento, etc.

²²⁹ David Le Breton dice que, el cuerpo es en el dualismo contemporáneo, “el lugar privilegiado del bienestar (la forma), del buen parecer, incluso la pasión por el esfuerzo y allí podría recaer también la carrera del maratón, cuando éste se practica no sólo como ejercicio físico, sino por el esfuerzo o la competencia. Agrega que, “la preocupación moderna por el cuerpo, es nuestra ‘humanidad sentada’ en un inductor incansable de imaginarios y de prácticas y con ello, un factor de individualización”; agrega que, “Un ardid de la modernidad hace pasar por liberación de los cuerpos lo que sólo es elogio del cuerpo joven, sano, esbelto, higiénico. La forma, las formas, la salud, se imponen como preocupación e inducen a otro tipo de relación con uno mismo. Los valores cardinales de la modernidad, los que la publicidad antepone, son los de la salud, de la juventud, de la seducción, de la suavidad, de la higiene (en el cuerpo). Pero el hombre no siempre tiene el cuerpo liso y puro de las revistas o de las películas publicitarias, es más, raramente responde a este modelo. De este modo se explica el éxito actual de las prácticas que sirven para ejercitar el cuerpo (jogging, gimnasia modeladora, etc.)”. David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 9 y 133 versión digital iBooks

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

la integridad y cuando esto sucede, está destinada al fracaso o a la mínima aceptación de un sector casi elitista de la sociedad.

Por ello y buscando certidumbre en el camino a recorrer en el mundo contemporáneo, consideraremos las observaciones que hace Panikkar:

- “Toda espiritualidad presupone un dogma que puede servir de fundamento”²³⁰; de lo contrario sería sólo un ejercicio vago y relacionado a una ideología o ritualismo.
- No podemos reducir la espiritualidad a la simple educación del espíritu porque se fragmenta el cuerpo; “como si el ser humano fuera sólo un alma prisionera en un cuerpo”²³¹, tal como se pensó durante un tiempo también en el cristianismo.

¿Dónde queda la aventura de ser humano? Byung-Chul Han, sugiere recorrer un camino alternativo al conocido, como otra forma de transitar la vida y donde también se pueda “experimentar la sanación o el agradecimiento”²³², (somos) *peregrinos* en y desde la modernidad. Lo anterior, lo escribiremos especialmente en el segundo apartado de este capítulo, partiendo de la pregunta, ¿cómo es entonces la búsqueda de ese camino existencial, “sencillo”²³³ que manifieste la presencia de lo divino? Más allá de la pura ejecución llana de leyes concretas o dogmas. “Cada día debería de practicarse un ejercicio espiritual”²³⁴, especialmente en este contexto y a través de cualquier actividad que permita a la persona *escaparse en el tiempo* y despojarse del ruido por breve que sea el momento mientras resulte intenso y sin una forma definida. No es la simple liberación del estrés y/o el bienestar personal.

Así entonces, el objetivo de este capítulo será definir qué es la espiritualidad para el sujeto contemporáneo, no como un añadido o *plus*, ni tampoco como un ornamento, sino como un elemento fundante de la persona. Puntualizaremos la propuesta del continuo ejercitamiento del

²³⁰ Raimon Panikkar, *Espiritualidad Hindú sanātana dharma* (Barcelona: Kairós, 2004), 48, 49. A ello agrega que, “un dogma también puede servir de fundamento a más de una espiritualidad, o a su vez, dogmas distintos pueden dar lugar a una misma espiritualidad. La espiritualidad benedictina y franciscana son ejemplos del primer caso. La espiritualidad monástica budista y la cristiana del segundo”.

²³¹ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 277, Kindle

²³² Han Byung-Chul, *El aroma del tiempo, un ensayo filosófico sobre el arte de demorarse* (Barcelona: Herder, 2015), 60

²³³ “Sencillo” aludiendo a lo asequible del Evangelio como el Jesús histórico lo demostró, predicó y fue también ese mismo camino el que sus discípulos predicaron. Juan 8: 31-32 y 13:35.

²³⁴ Pierre Hadot, *Ejercicios Espirituales y Filosofía Antigua* (Madrid: Ediciones Siruela, 2006), 23

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

espíritu²³⁵ a través de los cinco sentidos corporales, así como la correlación entre lo físico y lo espiritual. Tendremos como premisa la experiencia como elemento fundamental del ser y parte vital del desarrollo humano.

3. Hacia una espiritualidad de los sentidos

“¿Es posible ver, escuchar, tocar, oler y degustar a Dios?”²³⁶

En los Hechos de los Apóstoles el encuentro de Dios con Saulo es abrupto. Camino a Damasco su trayectoria la interrumpe una gran luz y el “cae al suelo” (Hechos 22); comienza el diálogo con Jesús y queda ciego, de inmediato se apoya en los otros caminantes para continuar el recorrido, ahora necesita de los otros sentidos corporales para continuar el camino. Entonces preguntamos ¿qué sentía y pensaba Saulo en este trayecto?; privado de la vista sigue hacia Damasco guiado por un llamado espiritual, pero seguramente sus sensaciones corporales en la piel, en el oído, incluso en el olfato se modificaron. La pregunta abierta sería cómo Saulo reaccionó desde lo corporal a este encuentro, ¿existen otras formas además del ejercicio consciente de encuentro?; esto intentaremos aclarar en este siguiente apartado, a qué nos referimos con una espiritualidad de los sentidos corporales.

Cualquiera que sea la forma, la espiritualidad nos tiene que atrapar de manera personal (literalmente); no debería de ser una imposición, sino tomar una apariencia en nosotros que impulse un recorrido personal siguiendo una auténtica estructura y los impulsos del corazón pues “en la vida espiritual no hay fórmulas preescritas ni recetas que seguir, ni autopistas hechas para ir al cielo. Por lo tanto, hay riesgo, pero también la belleza y la dicha exultante de un recorrido nuevo, un paso antes no explorado”²³⁷.

²³⁵ Utilizamos este término por la estrecha relación que existe con los “ejercicios espirituales” de Ignacio de Loyola, pero también porque los demás adjetivos posibles, como “físico”, “morales”, “éticos”, “intelectuales”, no cubren los aspectos de la realidad que pretendemos analizar. Acerca de la expresión *ejercicios espirituales* hay que tener en cuenta al mismo tiempo el concepto de *ejercicio* y el significado del término *espiritual*; estos no operan simplemente en el ámbito gramatical y conceptual. El ejercicio espiritual forma parte de nuestra experiencia; debe ser experimentado de manera integral por el sujeto, es decir, vivido.

²³⁶ Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), i

²³⁷ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo*, (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2385 Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Esta espiritualidad sensorial, Panikkar la describe como la experiencia de la vida²³⁸: “La vivencia completa del cuerpo que siente vivir con palpitations de placer y dolor, como del alma; añadidas a las figuraciones del espíritu que vibra con amor y repulsión”²³⁹.

La experiencia de la vida podría ser la descripción más breve y reiteramos esta idea porque en ella reside también la propuesta de recorrer un camino alternativo a lo normado y no de su interpretación o de un encasillamiento en normas, aunque nuestra consciencia de ella le sea concomitante. No las podemos separar, pero sí podemos y debemos distinguirlas. Hablamos de vivencias completas para el sujeto (como un todo) y no fragmentarias.

Usamos la palabra *vida* en lugar de *realidad* por encontrarla más cercana a la experiencia, y porque los sentidos se expresan desde esa vida cotidiana. En el fondo queremos decir lo mismo, pero mientras la realidad es un concepto que hay que explicar (objetivizar), la vida es algo que experimentamos directamente (subjetivamente) desde la condición de ser humanos. Somos seres vivos, participamos en la vida aunque la reflexión luego nos diga que somos seres (vivientes) que participamos en el ser. Nuestra experiencia es la de la vida. Al ser lo pensamos, lo deducimos, lo inducimos, o como máximo lo intuimos. La vida la vivimos y somos conscientes de ello.

Esta experiencia integral de la vida, es la vivencia completa de la persona desde el cuerpo, que siente placer y dolor, como de su alma, con sus intuiciones de verdad y sus riesgos de error, añadidas a las fulguraciones del espíritu que vibra con amor y repulsión. Es más que solo la sensación fisiológica de un cuerpo vivo; tampoco es exclusivamente la euforia del conocimiento tocando la realidad, ni el efluvio del amor participando en el dinamismo que mueve el mundo. La experiencia de la vida es la conjunción más o menos armónica de las tres consciencias antes de ser distinguidas por el intelecto. La experiencia de la vida es: corporal, intelectual y al mismo tiempo espiritual.

²³⁸ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo*, (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 277 Kindle

²³⁹ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo*, (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 401 Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Podríamos decir que en el mundo contemporáneo existe un rompimiento donde se ha desterrado el interés por esta vida y por el autoconocimiento, así como la búsqueda de la interioridad. Este mismo no sólo que afecta el encuentro con lo divino, sino que desintegra a la persona. Bauman define esta época como una “modernidad líquida”²⁴⁰ y a la persona como “enfascada en una individualidad consumista” donde se desplazan categorías como la espiritual²⁴¹ generando trastornos que afectarían de manera negativa a los sujetos y sus sociedades; podríamos suponer entonces una desintegración de la condición humana.

3.1 El lenguaje sensorial en el pensamiento judeo-cristiano

Lo espiritual suele ser considerado superior a lo sensorial. San Juan de la Cruz²⁴², religioso y poeta místico del renacimiento español, explicaba que, “cuanto el alma va más a oscuras y vacía de sus operaciones naturales, va más segura”²⁴³, y la ascensión al monte místico implicaba tomar como programa “la noche sensitiva” combatiendo el espíritu de la imperfección según lo sensual y exterior.

A diferencia de San Juan de la Cruz en el segundo siglo²⁴⁴ que enfatiza el centrarse sólo en el alma otros autores cristianos han utilizado el lenguaje sensorial para expresar encuentros con lo divino, como Orígenes de Alejandría²⁴⁵ y su reflexión sobre el sacrificio del cordero pascual (Éxodo 12) donde encontramos una interesante mezcla de las alusiones bíblicas a los sentidos:

“Porque hay cinco sentidos en el ser humano, a menos que Cristo venga a cada uno de ellos, El no puede ser sacrificado y, después de haber sido asado, ser comido (ingerido literalmente). Porque

²⁴⁰ Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2000)

²⁴¹ José Rubén Sanabria, *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)* (México: Porrúa, 1987), 328

²⁴² (1542-1591)

²⁴³ Citado en: José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 10

²⁴⁴ Aquí dependerá de cada autor o filósofo, el contexto cultural, las prácticas religiosas de la época e incluso el vocabulario sensorial disponible en el momento, la interpretación y relación que se hace hacia los sentidos. Orígenes (Alejandría, 185- Tiro o Cesarea Marítima, 254), Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 10 y 12

²⁴⁵ (184-253 d.C.)

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

es cuando el hace barro con su saliva y este es untado en nuestros ojos (Juan 9: 6-7) y entonces podemos ver claramente (Marcos 8:25), cuando él ha abierto los oídos (Marcos 7:33-35) de nuestro corazón para que podamos oír (Mateo 13:19), cuando podemos oler su buen aroma (2 Corintios 1:15, Efesios 5:2), reconociendo que Su nombre es un perfume (ungüento) derramado (cantares 1:3), y si, habiendo probado (degustado), vemos que bueno es el Señor (1 Pedro 2:3), y si le tocamos con el toque que describe Juan, ese que es desde el principio, que hemos oído, que nuestros ojos han visto y tocado nuestras manos, referente a la palabra de vida (Juan 1), entonces es que podremos sacrificar al cordero y comerlo y sólo entonces (de este modo), podremos salir de Egipto”²⁴⁶.

Gregorio de Nisa²⁴⁷ en sus diferentes homilías hace también una comparación entre los órganos, de manera individual, del cuerpo humano, y su relación en términos de responsabilidad por las diferentes formas de percepción sensorial (los ojos ofrecen la vista, los oídos oyen, etc.), pero afectando a un sólo cuerpo (de manera integral), y los diferentes miembros y los sentidos del alma, que deben de ser dirigidos hacia una única meta espiritual.

San Agustín desarrolla con más detalle a qué se refiere con sentir a Dios y hace a Dios como el objeto de los cinco sentidos espirituales en el homo interior. A diferencia de los objetos de la sensación corporal y sin embargo, Dios es un objeto sensorial de una categoría muy distinta:

“Dios no es pan o agua, no es Dios esta luz o este vestido, no es Dios una casa. Porque estas son cosas visibles e individuales (*Omnia enim haec visibilia sunt, et singula sunt*)... Dios es todo para ti. Si tienes hambre, él es pan para ti; si tienes sed, él es agua (de vida) para ti. Si estás en oscuridad, él es la luz porque permanece incorruptible. Si estás desnudo, él es vestido de inmortalidad para ti, cuando este cuerpo corruptible sea llevado a la inmortalidad”²⁴⁸.

Sin hacer una exégesis profunda, en el Antiguo Testamento encontramos una referencias hacia los sentidos y cómo desde allí es posible apreciar y percibir lo divino. Por ejemplo, el verbo *oír*

²⁴⁶ *Peri Pascha*, 18, trans. R. J. Daly, *Origen: Treatise on the Passover* (New York: Paulist Press, 1992), 37. Citado en Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 12. Traducción propia.

²⁴⁷ Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 79-82

²⁴⁸ En *Ps. xcix. 6: Ante enim quam sentires, dicere te putabas Deum: incipis sentire, et ibi sentis dici non posse quod sentis* (CCL 39: 1396), trans. Maria Boulding, *Expositions of the Psalms, WSA*, part iii, vols. xv-xx (2000-4), vol. xix, 18. Citado en Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 63

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

aparece más de noventa veces²⁴⁹, mientras que *escuchar* más de 45 veces; esto sin contar las diferentes conjugaciones de ambos verbos (por ejemplo, Éxodo 18:19, Deuteronomio 4:1, 6:3-4, 1 Samuel 3:9, 8:7, etc.). El Cantar de los Cantares, de Salomón, medita de manera alegórica desde un imaginario sensual-sensorial sobre la unión espiritual del alma con Dios: besos (1:2), aromas (3:6) y abrazos (2:6 y 8:3) acciones que se enfocan en el gusto, el olfato y el tacto. En el libro de los Salmos, el rey David invita a “gustad (probar) y ver que Jehová es bueno (34:8)”, enfatizando de nuevo el cuerpo y los sentidos para suscitar una visión espiritual.

Desde el pensamiento judeo-cristiano, el hombre es un cuerpo, y el cuerpo no es nunca algo tan diferente de él mismo²⁵⁰. El acto de conocer (experimentar según Rahner, desde y a través del cuerpo) no es producto de una inteligencia separada del cuerpo (aunque el Apóstol Pablo en cambio, argumentaría otra cosa; al igual que San Juan de la Cruz combatiendo el espíritu de la imperfección según lo sensual y exterior). Para esta antropología, el hombre es una criatura de Dios, del mismo modo que el conjunto del mundo; la ruptura entre el hombre y su cuerpo, tal como existe en la tradición platónica y órfica constituye un sinsentido. El mundo fue creado por el habla (“Por la boca de Jehová, fueron hechos los cielos, y por el soplo de su boca, todo su ejército..., pues dijo, y todo fue hecho; ordenó y todo existió”, Salmos 36:6). La materia es una emanación del habla, no está fija, muerta, fragmentada, sin solidaridad con las otras formas de vida. No es indigna como en el dualismo. La encarnación es el hecho del hombre, no su artefacto²⁵¹. Claude Tresmontant, filósofo Francés, reafirmaría este concepto al decir que: “no percibo un cuerpo que contenga un alma; percibo de inmediato un alma viva, con la riqueza de su inteligibilidad que descifro en lo sensible que me es dado. Esta alma es, visible y sensible,

²⁴⁹ Conteo en la versión *Reina Valera* (1909), pero dependiendo de la versión o traducción, el número varía. En la versión *Biblia del Jubileo* (2000), aparece 114 veces; en *Reina Valera* (1960), aparece 117 veces, sólo en el Antiguo Testamento. Consulta el día 25 de julio de 2019:

<https://bible.knowing-jesus.com/Espa%C3%B1al/words/Oye/type/rv1909>

²⁵⁰ Hacemos una anotación a esta afirmación, pues Claude Tresmontant, (1925 – 1997) filósofo, helenista, hebraísta, y teólogo francés, a quién Le Breton considera en su análisis dice que, “El hebreo es una lengua concreta que solo nombra lo que existe. De este modo, no tiene un nombre para la “materia”, ni tampoco para el “cuerpo”, ya que estos conceptos no refieren a realidades empíricas, contrariamente a lo que nos llevan a creer nuestros viejos hábitos dualistas y cartesianos. Nadie vio nunca “materia”, ni un “cuerpo”, en el sentido en que son entendidos por el dualismo sustancial”. Claude Tresmontant, *Essai sur la pensée hébraïque* (Cerf, 1953), 53, en David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 30 versión digital iBooks. A ello agregamos que para Le Breton, “la antropología bíblica también ignora la noción de un cuerpo aislado del hombre. Muy alejada del pensamiento platónico y órfico, no atiende a la condición humana como una caída en el cuerpo, una ensomatosis. El dualismo típico de la episteme occidental no se hace ver...”, David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 28, 29 versión digital iBooks

²⁵¹ David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 29 versión digital iBooks

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

porque está en el mundo, porque asimiló elementos que la nutrieron, a los que integró y que hace que sea carne. Si sacamos el alma, no queda nada. No queda nada más que el polvo del mundo. De este modo, el hebreo utiliza, para designar al hombre vivo, indiferenciadamente, los términos alma o carne que alcanzan a una y misma realidad, el hombre vive en el mundo”²⁵².

Entonces, hablamos de un alma que integra los sentidos corporales como parte constitutiva del ser, pero también de su sentir; que está en el mundo, es decir, en relación con el otro y desde allí interpela y también conoce, es indivisible alma-cuerpo y que, desde este todo sucede la búsqueda espiritual para el encuentro con lo divino. Una concepción distinta ha mantenido segregado al individuo y por ende el resultado sería el opuesto a lo que proponemos aquí.

Incluso encontramos otros pasajes donde la experiencia sensorial podría no ser positiva como consecuencia de la desobediencia del pueblo a Jehová, pero que de igual manera indagan en ella; como en Levítico 26:16: “...enviaré sobre vosotros extenuación y *calentura*, que consuman los ojos y atormenten el alma...”. El libro de Job²⁵³ es un referente a los sentidos desde la experiencia sensorial y el dolor²⁵⁴. Aquí hay al menos 10 versículos en donde Job se expresa a través del estado

²⁵² Claude Tresmontant, *Essai sur la pensée hebraïque* (Cerf, 1953), 95, 96, en David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 30, 31 versión digital iBooks

²⁵³ Gregorio de Nisa, en su comentario al libro de Job explica que “existe una diferencia entre aquellos que están abiertos al sabio consejo y los que no lo están”. ‘Estas personas nunca alzarán los ojos de su mente hacia la luz de la verdad, para la que fueron creados, nunca doblegan sus deseos a la contemplación de la patria celestial’. Por el contrario, describe a los virtuosos como ‘quiénes han abierto sus ojos de la mente al haz de luz verdadera’ (*ad veri luminis radios, oculos mentis aperimus*). Agrega que, ‘debemos de abrir los ojos de la mente hacia la perfecta percepción de la luz de la rectitud’. Igualmente Gregorio diferencia entre el pecador que habló y escuchó desde un sentido carnal (*sensu carnis*) y Job, que habló espiritualmente (*spiritualiter*) porque escuchó al Señor desde un sentido espiritual (*sensum spiritus audio*), en Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), i 82. Traducción propia

²⁵⁴ Para Paul Ricœur en su libro *El mal, un desafío a la filosofía y la teología* (Buenos Aires: Amorrortu, 2011), la experiencial del mal en la teología, y para efectos de esta tesis el dolor o sufrimiento considerado también como parte de la experiencia, además de representar un desafío, tiene un acercamiento desde el pensar, actuar y sentir; con ello la respuesta emocional concerniente a las transformaciones por las cuales los sentimientos “enriquecen a la meditación filosófica y teológica”, Paul, *El mal, un desafío a la filosofía y la teología*, 62. Para este autor “el sufrimiento se caracteriza como puro contrario del placer, como una disminución de nuestra integridad física, psíquica o espiritual”, Paul, *El mal, un desafío a la filosofía y la teología*, 25. Es importante acotar también la experiencia sensorial no sólo desde el placer o lo positivo, sino también desde el sufrimiento o la experiencia sensorial que ha sido calificada como “negativa”. Habría que hacer una consideración también a la teología apofática pero no es el objetivo de esta tesis (surge en el siglo IV, especialmente con Gregorio de Niza quien quiso atribuir el concepto a Dionisio Areopagita. Pierre Hadot, *Ejercicios Espirituales y Filosofía Antigua* (Madrid: Ediciones Siruela, 2006, 196); para Panikkar, autor clave en este trabajo de tesis, es “la noción de un Dios por encima del bien y del mal, una afirmación más clara para expresar que el Misterio Divino trasciende todas las categorías”, Raimon Panikkar Raimon, *Espiritualidad Hindú sanātana dharma* (Barcelona: Kairós, 2004), 141. Otra consideración de Panikkar sobre la teología apofática es “a la que muchas veces hemos tenido miedo, dirige nuestra atención a la contemplación (como Job en sus aposentos). La puerta a la contemplación es el saber escuchar, y escuchando percatarse de que el más alto saber es no saber, y que cada vez que se nombra a Dios,

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

físico en que se encuentra y desde allí hace referencia a su relación con Dios (2:13, 6:10, 9:28, 15:20, 35, 16:5-6, 17:7, 21:17 y 30:17).

En el Nuevo Testamento encontramos también un sinnúmero de referencias a los sentidos. Hay que considerar los milagros hechos por Jesús y narrados en los Evangelios (Mateo 4:23 “...sanando toda enfermedad...”); los ciegos recobran la vista (Mateo 9:27) y los sordos oyen de nuevo (Mateo 11:5 y Marcos 7:31). Para el apóstol Juan, “el verbo es hecho carne” (Juan 1:14) y en su primer Epístola dice que *la palabra es viva* porque la hemos “visto con nuestros ojos, nuestras manos la han palpado; lo hemos visto y oído” (1 Juan 1:1-3). En la carta de Pablo a los Corintios, se dice que los fieles inhalan el “*fragante aroma de Cristo*” (2 Corintios 2:15, *La Biblia de las Américas*, (2000); otra versión dice: “...porque para Dios somos *grato olor de Cristo*...” *Reina-Valera* (1960), por mencionar sólo algunos pasajes que señalan ciertas características de la condición humana que hacen de la percepción sensorial una alternativa posible para el contacto con Dios.

Jesús por su parte le da una gran importancia al contacto físico: *toca* a los leprosos (Mateo 8:3, Lucas 5:13), pero también hay quiénes le tocan a él, como la mujer enferma de flujo de sangre y el simple contacto con las vestiduras de Jesús, le sanó. Jesús percibe el contacto y la narración deja clara que la acción de ser sanada, sucede por el contacto físico (Mateo 9:20); esta es sin duda una acción relevante en el encuentro con el otro ya que rompe paradigmas de contacto y acercamiento físico, mucho más en el contexto judeo-cristiano de este pasaje bíblico donde el contacto físico con mujeres no era permitido.

3.2 El cuerpo como la gramática de Dios

esto es, como concepto, es poco menos que una profanación, una blasfemia”, Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 159

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

El cuerpo²⁵⁵ es mucho más que un instrumento y es espiritualmente importante²⁵⁶. Es algo divino: templo del Espíritu Santo, por citar las Escrituras. Esto significa mucho más que el mundo es real y la materia, importante; o que nuestro cuerpo es un factor que reconocer en nuestra búsqueda espiritual. Quiere decir que la felicidad, el bienestar, la salud y la conciencia están involucrados en esta espiritualidad.

Thomas Ryan, hace énfasis al cuerpo al decir que, “cuánto mayor sea nuestra sintonía con la carne que Dios asumió y en la que mora Dios, exultante en su armonía, su vigor y su flexibilidad, sabiendo aguantar sus tensiones y sufrimientos con ayuda de la gracia, tanto más daremos gloria a su Creador, aquel que decidió hacer de ella su morada”²⁵⁷.

“Sin el cuerpo, que le proporciona un rostro, el hombre no existiría. Vivir consiste en reducir continuamente el mundo al cuerpo; la existencia²⁵⁸ del hombre es corporal”²⁵⁹ y por ello la importancia de la sensación como una actividad del alma (siguiendo a San Agustín²⁶⁰) a través de los sentidos en el ser humano. No es sólo el objeto del conocimiento sensible, sino que para que logremos percibir sensorialmente, estos han de ser interpretados por la razón, la cual debe de conducirnos a una “intuición englobante”²⁶¹, dice Panikkar, pero además agrega que, la única mediación posible para abrirnos al misterio de Dios, “es nuestro propio ser, nuestra existencia desnuda (desde el cuerpo)”²⁶², lo que se traduce en un discurso de todo nuestro ser. Frankl,

²⁵⁵ Para Le Breton, la polisemia del cuerpo representa, “una serie de imágenes que intentan reducir culturalmente el misterio del cuerpo y que se suceden de una sociedad a otra. La formulación de la palabra cuerpo como fragmento de alguna manera autónomo del hombre cuyo rostro sostiene, presupone una distinción extraña para muchas comunidades humanas. En las sociedades tradicionales, de composición holística, comunitaria, en las que el individuo es indiscernible, el cuerpo no es objeto de una escisión y el hombre se confunde con el cosmos, la naturaleza, la comunidad. En estas sociedades las representaciones del cuerpo son, efectivamente, representaciones del hombre, de la persona. La imagen del cuerpo es una imagen de sí mismos, nutrida por las materias primas que componen la naturaleza, el cosmos, en una suerte de indiferenciación”, David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 26 versión digital iBooks

²⁵⁶ “... No por ello decimos que los enfermos o débiles no puedan alcanzar su plenitud”, Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2540, Kindle

²⁵⁷ Thomas Ryan, “Hacia una espiritualidad del deporte”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 284

²⁵⁸ Le Breton define existir como, “moverse en un espacio y un tiempo concreto; transformar el entorno mediante un conjunto de gestos eficaces; asignar significados y valores a los innumerables estímulos del mundo gracias a las distintas experiencias perceptivas...”. David Le Breton, *La Sociología del cuerpo* (España: Siruela, 2018), 10

²⁵⁹ David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 5 versión digital iBooks

²⁶⁰ Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 57

²⁶¹ Raimon Panikkar, *La Religión, el mundo y el cuerpo* (Barcelona: Herder, 2014), 66

²⁶² Panikkar basa su propuesta en “El Libro de los filósofos” citado por los escolásticos cristianos y que dice: 4: (*Deus est oppositio ad nihil mediacione entis*) Dios es lo opuesto a la nada por la mediación del ser. No hay otra mediación que

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

describe esa existencia desnuda de manera muy literal, "... nada tal poseíamos..."²⁶³ como el único vínculo con el ser, y desde allí propone un replanteamiento hacia la vida, desde el cuerpo.

Esta mirada sensorial al cuerpo y nuestra existencia, es también muestra del amor incondicional de Dios (Juan 3:16), es decir, la "gramática de Dios"²⁶⁴ que se aprende y se expresa de múltiples formas, pero sobre todo a través de los sentidos. Por ello y para superar el analfabetismo emocional en el que el sujeto contemporáneo se enfrenta, es necesario revitalizarlos para comprender cómo estos se entrelazan en la experiencia de una espiritualidad no ortodoxa, como la carrera de la maratón que describiremos más adelante.

En la actualidad existe también una "atención desmedida al cuerpo"²⁶⁵ que lo considera o más bien sustituye la vida espiritual y en algunos casos, de acuerdo con Jürgen Moltmann, teólogo reformado alemán, suscitando una "falsa religión"²⁶⁶ y generando reacciones contrarias²⁶⁷. A esto Le Breton lo define como borramiento del cuerpo, es decir, la anulación de la corporeidad y el contacto físico (incluso se antepone el contacto con otros seres vivos, especialmente animales, antes que con otro ser humano) y la consecuente sociabilidad, en pos de una vida del espíritu tergiversada pues excluye la corporeidad. Ante esto, un autor como Castillo agregará que: "toda

nosotros mismos (y desde y con el cuerpo). Aquello último que nosotros somos, nuestro ser, es precisamente mediación: "la criatura es la mediación –*el mediator*– entre Dios y la nada", esto último palabras de Tomás de Aquino, también citado por Panikkar. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 31

²⁶³ Viktor E Frankl, *El hombre en busca del sentido* (México: Herder, 1999), 42

²⁶⁴ José Tolentino Mendoza, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 15

²⁶⁵ David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 9 versión digital iBooks. El autor agrega que, en algunas sociedades orientales el contacto físico es más común entre las personas, como forma de socialización, pero también de encuentro.

²⁶⁶ "En su crítica al olimpismo como religión, Moltmann plantea que a primera vista se trata de una idolatría. "El deporte sería una falsa religión, una religión sin Dios, donde el ser humano se celebra a sí mismo. Tal interpretación del deporte como religión, donde el deportista se considera como un ídolo o como un Dios, tiene como consecuencia la absolutización del ser humano y su rendimiento", en: Sergio Antonio Adarme Rodríguez, "Espiritualidad en el deporte", *Cuestiones Teológicas*, Vol. 42, No. 98, 2015, 7

²⁶⁷ Como ejemplo de ello está la campaña publicitaria lanzada en México por la cadena de tiendas deportivas Martí y clubes deportivos Sport City en 2009: "*Deporteísmo*", aún vigente y creando un tipo de religión con el objetivo de incentivar la cultura del deporte en el individuo, así como hacer conciencia en el espectador sobre la importancia de este para lograr un mejor estilo de vida.

<http://www.merca20.com/wp-content/uploads/2008/01/sportcitycampana.jpg>

y <https://www.dineroenimagen.com/2014-02-28/33373> Consulta 3 de Abril de 2019. Bauman también considera que, "los modernos espectáculos deportivos pueden funcionar a veces como una forma alternativa de religión", G. Bauman / J.A. Coleman, "Deporte Sociedad y religión" *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 162

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

relación interpersonal, si es auténtica y profunda (que es la base del encuentro), lleva consigo necesariamente la exigencia del diálogo, *de presencia, de intimidad, de co-efusión*²⁶⁸.

3.3 Los sentidos espirituales

Para Paul Gavrilyuk, teólogo Ucraniano y actual profesor de teología en la Universidad de St. Thomas en Minnesota²⁶⁹, hablar de los sentidos desde la espiritualidad representa un problema epistemológico y metafísico ya que, “hay un consenso general de que los seres humanos poseemos cinco sentidos físicos, pero no hay un consenso comparable en relación a otros modos de percepción. Sin embargo, la afirmación que de Dios puede ser percibido por un sentido especial parecería transgredir la noción de la trascendencia divina y la inmaterialidad. Después de todo, cuando intentamos mirar a Dios, uno “está mirando lo que no puede ser visto” (2 Corintios 4:18, Hebreos 11:27). Como el creador, Dios es ontológicamente distinto de todas las formas ordinarias de percepción²⁷⁰.

Aludiendo a los sentidos corporales y su relación con la espiritualidad cabe preguntar desde un camino alternativo, ¿cómo experimentamos lo divino?; ¿es posible ver, escuchar, tocar, oler y probar a Dios? Aunque diversos autores han utilizado el lenguaje sensorial para expresar encuentros humanos con lo divino, el enfoque ha estado en el mensaje y no precisamente en la forma de recepción de la revelación, la constitución cognitiva del ser humano. Al mismo tiempo, no se hace una correlación con la mente, el alma y el corazón del individuo de manera explícita.

Un claro ejemplo bíblico lo encontramos cuando Dios llama a Samuel (1 Samuel 3); éste confunde el llamado divino con la voz de Elí y es él quien le pide a Samuel que se acueste y si oye de nuevo la voz responda desde su aposento. La invitación de Elí es a despertar primero los demás sentidos en el joven; además del auditivo, a que sea sensible y escuche con el corazón, pero sobre todo a

²⁶⁸ En el caso del encuentro con Jesús mediante la fe, es la oración. José María Castillo, *Espiritualidad para insatisfechos* (Madrid: Trotta, 2008), 27, 28

²⁶⁹ <https://www.stthomas.edu/theology/faculty/paul-gavrilyuk.html> Consulta el día 27 de Junio de 2019

²⁷⁰ Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), I

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

estar atento a lo que no conoce o esa experiencia que sucede por primera vez, y que en muchas ocasiones, hoy también en nuestra vida se confunde con lo no trascendente. Valdría la pena entonces analizar las revelaciones divinas desde los rasgos receptivos de la aprehensión humana que hacen posible esta experiencia.

A diferencia de Occidente, la mayoría de las tradiciones de la India, incluyendo la budhista²⁷¹ y la jainista²⁷², hablan de una pluralidad de sentidos interrelacionados entre sí, hay un mayor énfasis en la sensorialidad. El texto budista el *Abhidharma-kośa* (introducción a los siete tratados del *Abhidharma*, doctrinas que aparecen en Sutras budistas, del canon *Sarvastivada*), describe veintidós sentidos entre los cuales, además de los corporales, se encuentran sentidos mentales, el sentido del placer, el de satisfacción, el de ecuanimidad, de fe, de fuerza, memoria, el sentido del rapto y el de discernimiento, incluyendo además el sentido de darse cuenta de lo que se conoce y el sentido de lo desconocido, etc.²⁷³. En Oriente por tanto, la vida sensorial juega un papel de mayor trascendencia, mientras que en la mayoría de las culturas de Occidente la razón tiene mayor peso; un antónimo que bien describe esto, es la inconsciencia o la imperceptibilidad. Ante este panorama Occidental, Michael Serres, filósofo, físico, matemático y marino francés, propone una nueva jerarquía sensorial incorporando un sexto sentido, quizás la única propuesta en su tipo: “el goce”, a través del cual el sujeto vuelve sobre sí (el cuerpo sobre el cuerpo), siendo él como un sentido común, interno, un conocimiento de sí, conocimiento del mismo cuerpo. El goce será la mezcla y la fuerza de los cinco sentidos”²⁷⁴.

²⁷¹ El budismo es una doctrina filosófica y espiritual no teísta perteneciente a la familia dhármica, derivada del brahmanismo y, según el vedismo, de tipo *nástika*, es decir, que “no cree en la existencia”, por su traducción en sanscrito, y que distingue esta escuela filosófica que no aceptan la autoridad de los cuatro *Vedas*, textos mitológicos más antiguos de la India. Comprende una variedad de tradiciones, prácticas espirituales principalmente atribuibles a Buda Gautama. <https://www.pewforum.org/2012/12/18/global-religious-landscape-buddhist/> Consulta el día 25 de julio de 2019

²⁷² El jainismo es una doctrina originada en la India, que surge en el siglo VI a. C. por Majavira (vigésimocuarto Tirthankara). Esta doctrina pregona una vía salvadora filosófica no centrada en el culto de ningún dios. Su práctica es la de realizar esfuerzos para encaminar al alma-conciencia hacia un estado divino y de liberación (*moksa*). Se trata de una religión *nastika* (no teísta), que no reconoce la autoridad de los textos sagrados hinduistas ni de los sacerdotes brahmanes. Joel Diederik Beversluis, *Sourcebook of the world's religions: an interfaith guide to religion and spirituality* (Novato, California: New World Library, 2000) <https://archive.org/details/sourcebookofworl00beve>, Consultado el día 25 de julio de 2019

²⁷³ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5210, Kindle

²⁷⁴ Michel Serres, Michel, *Los cinco sentidos, Ciencia, poesía y filosofía del cuerpo*, trad. María Celia Gómez B (México: Taurus, 2002), citado en: Brenda Mariana Méndez Gallardo, “Genealogía epistémica del cuerpo”, *Revista de Filosofía, Universidad Iberoamericana*, 2003, 167

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Además de la pluralidad de sentidos que se consideran en Oriente, de la tradición jainista resaltamos también la doctrina “anekantavada”²⁷⁵ que hace referencia a los principios del pluralismo y la variedad de puntos de vista; la noción de que la verdad y la realidad son percibidos de manera distinta desde puntos de vista diversos y no existe un único punto de vista con la verdad absoluta. La referencia más conocida de esta doctrina en Occidente podría ser la parábola de “Los ciegos y el elefante”. Una aproximación más prudente hacia la espiritualidad debería entonces de incluir los sentidos, observando que las manifestaciones de lo divino pueden ser muy diversas; el jainismo diría que son infinitas. La propuesta de este trabajo de tesis al referirnos a la no ortodoxia sería la inclusión, no sólo de diversas formas de espiritualidad, sino muy en específico, de espiritualidad desde lo corporal.

En la creación (desde el principio de los principios bíblicos), el *soplo vital* el espíritu de Dios pasa a un estado activo en el hombre²⁷⁶. Para Mendonça “no hay mejor lugar que el cuerpo”²⁷⁷ para experimentar este espíritu divino, desde la carne hecha vida. El aliento de Dios *se activa en la vida* y desde una visión unitaria del ser humano donde el cuerpo es más que simplemente un revestimiento exterior o incluso, mucho más que una prisión del alma, como se llegó a considerar durante un tiempo en el cristianismo. Parafraseando a Nietzsche en la frase “hay más razón en tu cuerpo que en la mejor sabiduría”²⁷⁸, este autor dice: “hay más espiritualidad en nuestro cuerpo que en nuestra mejor teología”²⁷⁹. Siguiendo la concepción Oriental, Panikkar diría, “Yo soy cuerpo y no tan sólo tengo un cuerpo. Somos *kósmos*, es decir, materia”²⁸⁰.

²⁷⁵ <https://www.jstor.org/journal/phileastwest?refreqid=excelsior%3Ad60539cbcd3065328bb96e453891d046> y <https://archive.org/details/sourcebookofworl00beve>, Consultado el día 25 de julio de 2019

²⁷⁶ “Entonces Jehová Dios formó al hombre del polvo de la tierra, y *sopló* en su nariz *aliento de vida*, y fue el hombre un ser viviente (Génesis 2:7)”. En la Biblia hebrea, el Espíritu tiene forma femenina: es “la *Ruah*”, la brisa, el “aleteo” de Dios sobre las aguas (“Y la tierra estaba desordenada y vacía, y las tinieblas estaban sobre la faz del abismo, y el Espíritu de Dios se movía sobre la faz de las aguas”, Génesis 1:2). Esto es *creatio ex nihilo*, es decir, desde la filosofía y la teología, la creación a partir de la nada, que determina la diferencia entre el pensamiento cristiano heredado del judaísmo y que marca la diferencia inicial con el pensamiento griego dualista. Fuente:

https://library.eteacherbiblical.com/es/content/lp_biblical_hebrew_neshama-es?pid=3034&cid=31063

Consulta el día 26 de julio de 2019.

²⁷⁷ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 13

²⁷⁸ Friedrich Nietzsche, *Así habló Zaratustra: Un libro para todos y para nadie; De los despreciadores del cuerpo*, Carlos Vergara (trad.) (México: Fondo de Cultura Económica, 2010), 30

²⁷⁹ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 14

²⁸⁰ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2453, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Desde la modernidad, esta vida se ha tornado para el hombre en un enfrentamiento a diversos padecimientos y enfermedades que son muestra del dolor escondido. En una “sociedad del cansancio”²⁸¹ como la define Mendoça, estas patologías raramente son bacterias o virales, desvelan una vulnerabilidad que se suma a los padecimientos de la sociedad pues son fundamentalmente neuronales. “La depresión, el *burnout*²⁸², los déficits de atención, son modalidades vulnerables de la existencia, fragmentaciones de la identidad, incapacidades de integrar la experiencia de la vida”²⁸³ y suceden en primera instancia desde el cuerpo.

Para Mendoça, es también experimentar de manera sensorial la realidad de aquello y de aquél que llega desde esta “gramática sapiencial”²⁸⁴ tomando muy en serio nuestra humanidad como narrativa de Dios que habita entre nosotros.

- Lo numinoso, la experiencia no sensorial

Al producirse un sentimiento que es fascinante y que, al mismo tiempo provoca pavor y terror en el individuo que lo experimenta, se estaría haciendo alusión a los sentidos y a su fisiología. A ello Francisco J. Rubia, médico alemán, en su investigación sobre la conexión divina y la neurobiología concluye que: “En el origen de la religión(es) se encuentran sentimientos profundos provenientes de partes del cerebro que tienen que ver con emociones y afectos, es decir, del sistema límbico. *La divinidad, lo numinoso, no son concebidos, sino sentidos*”; y cita a Gerhard Tersteegen²⁸⁵: un Dios que concebimos no es Dios. Es decir, la concepción racional es incapaz de aprehender a Dios, sólo lo hace el sentimiento”²⁸⁶.

²⁸¹ José Tolentino Mendoça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 17 También el filósofo Byung-Chul Han utiliza el mismo término para referirse a esta época y lo describe detenidamente en su libro *La sociedad del cansancio* (2017). Aquí también describe el síndrome del *burnout* que abordamos brevemente también desde la visión de Mendoça.

²⁸² Síndrome de desgaste profesional. Fue declarado en el año 2000 por la Organización Mundial de la Salud como un factor de riesgo laboral por su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida. Usualmente se describe como una forma inadecuada de afrontar el estrés crónico, cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del desempeño personal <https://www.psychologytoday.com/us/basics/burnout> Consulta el día 18 de Junio de 2019

²⁸³ José Tolentino Mendoça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 18

²⁸⁴ José Tolentino Mendoça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 41

²⁸⁵ (1697-1769)

²⁸⁶ Francisco J. Rubia, *La Conexión divina, la experiencia y la neurobiología* (España: Paidós, 2009), 21

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Esta sensación ligada a la espiritualidad requiere de un componente adicional que Rudolf Otto describe como lo “numinoso”²⁸⁷, esto es “la experiencia no-sensorial y no-racional o sentimiento cuyo objetivo primario e inmediato está más allá de sí mismo”; es la alteridad radical; la noción de lo sagrado está acompañada de algo que no sólo es misterioso (*mysterium tremendum*)²⁸⁸, sino puede ser terrible o tremendo, y a la vez fascinante; en concordancia con Panikkar la sensación de la vida misma en los mínimos detalles.

A detalle lo numinoso es “la sensación que puede llegar repentinamente, como una suave marea que permea la mente con un ánimo tranquilo o de profunda adoración, continuando como un estremecimiento vibrante y resonante hasta que se desvanece y el alma retoma su modo de experiencia cotidiana no-religiosa o profana”²⁸⁹. Coincidiendo con David Bentley al hablar de “un sentido real de la experiencia de fe”²⁹⁰ y con Barbará Andrade en su propuesta de pasar del conocimiento a la experiencia de Dios como parte del encuentro con lo divino. Entonces, la clave de la experiencia sensorial-numinosa, residirá en el enfrentamiento de la persona con lo divino suponiendo una especie de *shock* para el ego que se aferra a la realidad; un encuentro de carácter definitivo para la autorrealización del sujeto, muy pertinente en el contexto del mundo contemporáneo.

Entonces, este ser persona es, la espiritualidad que integra la experiencia no sensorial, los sentidos desde una nueva relación con el cuerpo y un itinerario desde la corporeidad: “razón y sensibilidad, eficacia y afectos, individualidad y compromiso social, *espiritualidad y sentidos*”²⁹¹, lo cual describiremos en el siguiente Capítulo en la narrativa de mi experiencia durante la maratón.

²⁸⁷ Rudolf Otto, *The Idea of Holy* (London: Oxford University Press, 1936). Del Latín *numen* que significa Dios; parecido a la raíz de lo “luminoso”, refiere a lo sagrado, y en el fondo, se construye de la raíz “nous-noumen-numinoso”, es decir, lo que es inaccesible detrás del fenómeno (Kant en relación con el noumeno, es decir que pertenecer a una intuición intelectual o suprasensible). Otto agrega que: “toda evolución histórica de la religión ha salido del sentimiento del hombre primitivo ante “lo numinoso”. Este sentimiento del hombre primitivo sería una mezcla de pavor ante el misterio tremendo y fascinante de la divinidad; pavor que va acompañado de una sensación de aniquilación del sujeto, como ocurre en la experiencia mística”, en Francisco J. Rubia, *La Conexión divina, la experiencia y la neurobiología* (España: Paidós, 2009), 20

²⁸⁸ Rudolf Otto, *The Idea of Holy* (London: Oxford University Press, 1936), 12

²⁸⁹ Rudolf Otto, *The Idea of Holy* (London: Oxford University Press, 1936), 12

²⁹⁰ David Bentley, *The experience of God, being, consciousness, bliss* (New Heaven, Yale University Press, 2013), 20

²⁹¹ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 43

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- Deslumbrados por la sorpresa de los sentidos

“Situarse el cuerpo a través de las pulsaciones de la vida cotidiana es insistir en la permanencia vital de las modalidades propias, en el carácter mediador entre el mundo exterior y el sujeto. La experiencia humana, más allá del rostro insólito que adopte, está basada, por completo, en lo que el cuerpo realiza y desde el cuerpo como mediador. El hombre habita corporalmente el espacio y el tiempo de la vida”²⁹². Aquí retomamos a San Agustín y su entendimiento de las sensaciones corpóreas que dan forma a los sentidos espirituales.

- Primero, “la sensación es un proceso intencional; el alma no es un recipiente meramente pasivo de objetos que le bombardean los órganos sensoriales en actos continuos de sensación”²⁹³.
- En segundo lugar, “los sentidos corporales sirven como mediadores entre el mundo externo y el alma, y funcionan como las puertas con las que el alma activa el deseo de sentir y como los mensajeros que el alma usa también para aprender sobre el mundo físico”²⁹⁴.

Los cinco sentidos: tacto, gusto, olfato, vista y oído, son entonces posibilidad de encuentro desde el cuerpo que experimenta y desde una espiritualidad no ortodoxa que suscita diversas preguntas. Siguiendo a Serres, consideraremos *un sexto sentido: el goce*.

1. *El tacto* descrito en Occidente como “el primer gran ojo”. La piel cubre nuestro cuerpo y separa y une al mismo tiempo el mundo exterior y el interno. “El tacto permite que no nos limitemos a topar los unos con los otros”²⁹⁵. ¿Es un límite o la apertura previa al contacto físico durante la carrera del maratón? En la edición 2018 en la Ciudad de México, participaron más de 25,000 corredores²⁹⁶ ó ¿qué significado podemos darle entonces

²⁹² David Le Breton, *Antropología del cuerpo y modernidad* (Buenos Aires: Nueva visión, 2002), 146 versión digital iBooks

²⁹³ Esta teoría de sensación activa era común en el mundo antiguo para los Estoicos y el filósofo griego Plotino. En Matthew R. Lootens Matthew “Corporeal Sensation”, en Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012),

²⁹⁴ *foris* (De Gn. litt. xii. 20. 42 (CSEL 28.1. 410)) and *nuntio* (xii. 24. 51 (CSEL 28.1. 416)). En Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 59

²⁹⁵ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 30, 31

²⁹⁶ 36° edición del Maratón Internacional de la Ciudad de México.

<https://www.mediotiempo.com/mas-deportes/mexicanos-llegaron-en-quinto-lugar-en-medio-maraton-de-la-cdmx>

Consulta el día 2 de Julio de 2019

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- a este sentido desde la no ortodoxia?; pero además como el sentido que facilita el propio descubrimiento del cuerpo. Una persona invidente por ejemplo utiliza el tacto para conocer, para encontrarse con el otro.
2. *El gusto* dispone de cinco categorías: lo amargo y lo dulce, lo salado y lo ácido y lo *umami*²⁹⁷, la categoría más reciente que en japonés significa 'sabroso'. Para Mendonça, "la capacidad gustativa representa una de las fuerzas más elementales de la vida"²⁹⁸. El salmista David dice: "Gustad, y ved que es bueno Jehová... (Salmos 34:8a)"; probar a Dios es una exhortación a *experimentar-lo*²⁹⁹ (a manera personal). Desde el "probar y ver", sugiere también como resultado, una experiencia que se complementa desde otros sentidos. Después de correr cuarenta y dos kilómetros se *saborea* un sentido de triunfo, no sin antes haber probado el sudor y la sal en la piel (literalmente) que el cuerpo emana como resultado del esfuerzo físico. El evangelio de Lucas dice que "Jesús sudó gotas de sangre" (Lucas 22:43-45).
 3. *El olfato* "nos despierta para un contacto fusional con el mundo"³⁰⁰. Todo lo que rodea al ser humano desprende una cantidad extraordinaria de información que se capta únicamente mediante este sentido. La percepción olfativa se adhiere a nosotros y Mendonça pregunta, "¿es posible también que el olor de Dios nos lleve a Dios?"³⁰¹, y de ser así ¿a que huele Dios?
 4. *El oído* humano capta sólo una parte del mundo que nos rodea que, es absolutamente sonoro. Para Mendonça la escucha empática va más allá de los oídos, incluye escuchar con los latidos del corazón, es decir, una escucha profunda definido como "*infralenguaje*"³⁰², porque está ligado al cuerpo, a la biología, a las pasiones. El cristianismo es una religión de escucha: "Escucha Israel..." (Deuteronomio 6:4-9, Marcos 12:29).
 5. *La visión* convierte el mundo en una ventana. Primero desde la dimensión de la reflexividad: el cuerpo: que mira todas las cosas, puede mirarse a sí mismo. La mirada es

²⁹⁷ *Umami* se escribe sin traducir y fue añadido en 1985

²⁹⁸ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 33, 34

²⁹⁹ Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 188

³⁰⁰ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 34

³⁰¹ José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 36

³⁰² Tomando como referencia la audición humana, llamamos infrasonidos a los sonidos de frecuencia inferior a 20 hercios (la frecuencia más grave que captamos). Aunque el hombre no puede oírlos, un elefante por ejemplo los percibe fácilmente y sin necesidad de acercar la oreja al suelo, pues también sus patas captan las ondas sonoras. José Tolentino Mendonça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 37

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

fundamental para el encuentro, con nosotros mismos y con el otro. Solo cuando nos miramos y nos dejamos impresionar por el otro que está ante nosotros, amamos a las personas por sí mismas, Durante la maratón, la visión es importante ya que permite seguir la ruta durante el trayecto, pero no es esencial aunque así parezca. En México existe un grupo de corredores llamadas "los halcones"³⁰³, un grupo de atletas con debilidad visual o ciegos que corren acompañados de un guía. Unidos de las manos por un pañuelo este guía corre a la par y los asiste a través de instrucciones verbales o movimientos de mano; desde la descripción de la ruta, los peligros (baches en el camino, subidas, etcétera), pero también la descripción de lo que sigue para ubicar al corredor en un entorno favorable: correr entre árboles, las personas que les animan, cuando se divisa la meta, etc.

6. *El goce*; la mezcla y la fuerza de los cinco sentidos. "El verdadero saber de los cinco sentidos radica en unir, en ser la descripción de la cenestesia³⁰⁴ que se experimenta con el roce del mundo"³⁰⁵; y es desde la maratón donde ese *roce con el mundo*, facilita el encuentro, pero además y sobre todo, permite disfrutar la experiencia de manera positiva, es decir, este camino espiritual no es una penitencia, ni debe de ser considerado así. Hablamos del sufrimiento de Job, pero sobre ello, está el gozo del Cantar de los Cantares, y el *umami* japonés donde *degustamos* cada kilómetro, aún en los sabores amargos, como el sudor corporal. La espiritualidad no ortodoxa es para gozarse, es una "experiencia integral"³⁰⁶, como ya lo hemos dicho en repetidas ocasiones y de diversas maneras.

Entonces, estos cinco sentidos, sobre todo *el goce*, son el acceso a una realidad distinta de la realidad cotidiana, quizás una forma de existir que para muchos está oculta, pero que suele ser altamente gratificante para quien se atreve a experimentarla, una armonía natural entre las

³⁰³ <https://www.capitalmexico.com.mx/estadio/corredores-ciegos-halcones-que-vuelan-sin-limites-a-la-superacion/> y <https://www.facebook.com/halconescorredoresciegos/> Consulta el día 27 de Junio de 2019

³⁰⁴ La cenestesia (del griego κοινός /koinós/ "común" y αἴσθησις /aísthēsis/ "sensación", "sensación en común") es la denominación dada al conjunto vago de sensaciones que un individuo posee de su cuerpo. Estas sensaciones están relacionadas principalmente con la interiocepción, proporcionadas por sus órganos internos. Por tanto, también puede definirse como la sensación general de la existencia del propio cuerpo, no ubica las partes del cuerpo. <https://www.rae.es/?val=cenestesia> Consulta el día 31 de Julio de 2019

³⁰⁵ Michel Serres, Michel, *Los cinco sentidos, Ciencia, poesía y filosofía del cuerpo*, trad. María Celia Gómez B (México: Taurus, 2002), citado en: Brenda Mariana Méndez Gallardo, "Genealogía epistémica del cuerpo", *Revista de Filosofía, Universidad Iberoamericana*, 2003, 172

³⁰⁶ "El corazón puro", <https://panikkar.wordpress.com/tag/el-ciervo/>, Consulta el día 31 de julio de 2019

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

facultades del ser humano y las dimensiones de lo real. El equilibrio y la consonancia son lo que hace vibrar al ser humano y lo que da sentido a la vida; así como en una sinfonía no podemos aislar notas porque se perdería el sentido de la melodía, así para el individuo hablamos y proponemos la integralidad de los sentidos en el ser. En palabras de Panikkar, “no es que los sentidos dominen al hombre, como afirman los materialistas, o que la mente domine la sensualidad, como quisieran Platón, o que el ojo de la fe domine sobre el del intelecto, como quiso una cierta teología medieval cristiana”³⁰⁷; buscamos una integralidad y armonía natural entre estas facultades.

A esto Panikkar agregaría que, cualquier acercamiento a la realidad humana tiene que ser desde el “triple conocimiento: sensible, intelectual y espiritual”³⁰⁸, tres ventanas por las que el hombre se asoma a la realidad. Cuando no sucede de esta forma la visión de la realidad se reduce a un solo órgano de conocimiento. “Materialismo, racionalismo e intuicionismo podrían ser tres palabras para describir la visión univentanal”³⁰⁹, agrega.

Esta ventana de lo sensible pone a nuestra disposición los cinco sentidos, desde donde el hombre es capaz de recibir y transformar información, pero como dice Mendoça: “observamos muchas veces en nosotros mismos un analfabetismo antes las expresiones fundamentales de la vida. Podemos tener certezas, pero hay momento en la vida en que nos quedamos sin palabras, en las que nos sentimos sin apoyo. En esos determinados momentos pareciese que la fe no es suficientemente hospitalaria”³¹⁰; a ello el teólogo Dietrich Bonhoeffer³¹¹ replica: “Ser cristiano no significa ser religioso de una manera determinada, sino que significa *ser persona*; no un tipo de persona, sino el ser humano que Cristo crea en nosotros” y *que siente*, en toda la extensión de la palabra.

Entonces, superar este analfabetismo emocional, significa el cuidado y despertar de nuestros sentidos también desde la espiritualidad. Para ello, Gavrilyuk retoma la frase de Orígenes de

³⁰⁷ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 5238, Kindle

³⁰⁸ Raimon Panikkar, *La Religión, el mundo y el cuerpo* (Barcelona: Herder, 2014), 59

³⁰⁹ Raimon Panikkar, *La Religión, el mundo y el cuerpo* (Barcelona: Herder, 2014), 63

³¹⁰ José Tolentino Mendoça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 42

³¹¹ (1906 – 1945), teólogo alemán y disidente anti-Nazi.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

“sentidos espirituales”³¹² en el contexto del vocabulario cristiano de percepción no-física y como una analogía de los cinco sentidos físicos y que, sucede dentro del cuerpo humano.

Hablamos entonces de expresiones en dónde “los sentidos” en general o un sentido en particular (visión, audición, olfato, tacto o gusto) es típicamente cualificado en referencia al espíritu, por ejemplo: “el toque espiritual”, “los ojos del alma”, “los oídos de la fe”, etc. Siguiendo a Gavriilyuk, enfatizamos que “sentidos espirituales” es la frase más utilizada en el tema y que, gracias a la disertación que hace Karl Rahner en su libro “*Le début d’une doctrine des cinq sens spirituels chez Origène (1932)*”³¹³, esta cobra mayor relevancia en el siglo XX:

“Parece más prudente hablar de una doctrina de los sentidos espirituales sólo cuando estos parcialmente de manera figurativa, parcialmente expresiones literales, son encontrados e integrados en un completo sistema de los cinco instrumentos de la percepción espiritual de una realidad religiosa suprasensible”³¹⁴.

³¹² Paul Gavriilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 2. “Sentidos espirituales” (*sensus spirituales*) aparece por primera vez en la traducción del Latín del trabajo de Orígenes de Alejandría (c 185-c. 254), *Commentarii in Epistulam ad Romanos*, 4, 5 (PG 14. 977D –978A). Otros autores relacionan el lenguaje de sentidos espirituales explícitamente a la *pneumatología*, y por consiguiente al trinitarismo. Orígenes emplea un enorme rango de términos sensoriales en sus escritos para describir la relación entre el ser humano y Dios. Habitualmente llama al lector a conceptualizar el lenguaje sensorial de la Biblia y ubicarlo dentro de un contexto “espiritual”. Orígenes habla de “ver a Dios con los ojos de la mente”, escuchar con “oídos espirituales”, hablar con Dios con una “voz sin cuerpo” (*bodiless*, original en Inglés) y “respirar a Cristo en todo”.

³¹³ Karl Rahner escribe este texto con base en los escritos preliminares de Orígenes de Alejandría, quien es el primero en haber tratado de justificar, de otro modo que por el juego de metáforas poéticas, el uso de vocabulario tomado de la actividad de los sentidos corporales, para traducir las realidades de nuestra relación con el Invisible y de haber sacado a la luz el carácter experimental del conocimiento místico, la percepción de lo divino, distinguiendo, en esta experiencia actividades bastante diversas, como para poder designarlas específicamente como una visión, una audición, un olor, un gusto, un contacto con lo divino. En esta perspectiva, la realidad espiritual los traslada para las realidades visibles (*visibiliza*) que este lenguaje debería tenerse por metafórico. Se puede, reconducir a cuatro, los grandes componentes de esta doctrina:

1. Tiene el carácter de un conocimiento de *orden místico*.
2. Este conocimiento implica una ascesis de los *sentidos corporales*.
3. La actividad de los sentidos espirituales evoca una suerte de reciprocidad con los *sentidos divinos*.
4. Y parece pertenecer a la Economía de la Encarnación: se orienta hacia el *Verbo encarnado y resucitado*.

http://surco.org/content/apendice-vi-sentidos-espirituales#_ftn5 Consulta el día 31 de julio de 2019

³¹⁴ “It seems prudent to speak of a doctrine of the spiritual senses only when these partly figurative, partly literal expressions (to touch God, the eyes of the heart, etc.) are found integrated in a complete system of the five instruments of the spiritual perception of suprasensible religious realities”, traducción propia del Inglés, original en Francés: Karl Rahner, *Le début d’une doctrine des cinq sens spirituels chez Origène* (RAM, 1932), 114 en Paul Gavriilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 4

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Encontramos aquí dos componentes críticos: 1) el uso no metafórico del lenguaje sensorial en donde, 2) los cinco sentidos son utilizados (o reconocidos de manera individual, pero también integral) en la percepción espiritual de las realidades inmateriales³¹⁵.

Esta definición es particularmente importante, porque Rahner al hablar de fe, la liga a la experiencia (trascendental e individual) que puede suceder “bajo formas y conceptos que en apariencia no tienen nada de religiosos”³¹⁶; en su condición de sujeto la conciencia latente de Dios³¹⁷ se anima desde, “la experiencia que es diversa en relación a la trascendencia limitada”³¹⁸ y por ende sucede también desde los sentidos mediante una búsqueda meticulosa donde el ser humano encuentra los sonidos, los olores, los tactos y las imágenes que le atraviesan durante un instante y a los cuales no puede más que reaccionar; como Job y el dolor físico que se narra en el Antiguo Testamento, o como un maratonista que también siente dolor y no puede más que incorporarlo a la vivencia.

Después del maratón de Berlín en 2018, Eliud Kipchoge, dijo que, “el dolor es constante cuando corres un maratón, pero tienes que tratar de no pensar en ello y concentrarte únicamente en la carrera”³¹⁹.

Panikkar define el dolor (no auto infligido) como “lugar de encuentro con Dios”³²⁰; como “despertador existencial a la dimensión de profundidad de nosotros mismos y de toda la

³¹⁵ Karl Rahner, *Le début d'une doctrine des cinq sens spirituels chez Origène* (RAM, 1932), 114 en Paul Gavrilyuk, Sarah Coakley, *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity* (Cambridge: Cambridge University Press, 2012), 22

³¹⁶ Karl Rahner, *Curso fundamental sobre la fe* (Barcelona: Herder, 1979), 165

³¹⁷ La base de la teología de Rahner es que todos los seres humanos tienen una conciencia latente de Dios en cualquier experiencia de limitación del conocimiento o libertad como sujetos finitos. Dado que tal experiencia es necesaria, pues constituye la “condición de posibilidad” de cualquier conocimiento o libertad como tal, Rahner emplea el lenguaje de Kant para describir esta experiencia como “experiencia trascendental”. <https://www.iglesiahistoria.com/karl-rahner.html> Consulta el día 31 de Julio de 2019

³¹⁸ Karl Rahner, *Curso fundamental sobre la fe* (Barcelona: Herder, 1979), 165

³¹⁹ Entrevista a Eliud Kipchoge después de batir el record mundial en Maratón con 2:01:39 en Berlín, 16 de Septiembre de 2018, y donde explica cuáles fueron sus sensaciones durante la carrera.

<https://www.sport.es/labolsadelcorredor/entrevista-a-eliud-kipchoge/> Consulta el día 31 de julio de 2019

³²⁰ Ya sea dolor, pena o sufrimiento. Sufrimiento como la combinación entre lo corporal, lo anímico y lo espiritual. No hablamos de los sufrimientos voluntarios de una serie de espiritualidades tanto de Oriente como de Occidente que consideran el sufrimiento voluntario como método de purificación. Panikkar agrega que “el sufrimiento es muchas veces el sufrimiento tan inexplicable que nos acerca al mismo misterio divino”, Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 133. Este autor también considera el sufrimiento por la humanidad, que define como: “la experiencia del Cuerpo místico de Cristo; el grito de la desesperación de Cristo en la cruz es aleccionador en este caso, al igual que su última exclamación: “en tus manos encomiendo mi espíritu (Lucas

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

realidad”; porque “sentimos profundamente nuestra condición humana y nuestro estado de creaturabilidad”.

Esta propuesta de una comprensión de los sentidos espirituales en una muy cercana analogía con los cinco sentidos físicos abordando la correlación entre lo físico y los sentidos espirituales y, sustentados en Rahner agregamos también “la experiencia” como un elemento fundamental del ser; “experiencia donde el sujeto se rinde, se aniquila ante la fascinación y quiere repetirla”³²¹, como la maratón por desgastante física y emocionalmente que pueda ser pero que es una forma de sentir la divinidad, no sólo de concebirla, pues la concepción racional es incapaz de aprehender a Dios, sólo sucede desde el sentimiento.

Le Breton conserva asimismo la doctrina de Rahner sobre los “sentidos espirituales”, y agrega que estos están asociados al alma: “se inscriben en una metafísica abierta por una fe profunda que llevaba a percibir con los órganos espirituales la impresión de la presencia de Dios, de cuya sensorialidad profana era incapaz de dar cuenta. Los sentidos espirituales no habitan en forma permanente al fiel; a veces intervienen mediante intuiciones fulgurantes que dan acceso a una realidad sobrenatural marcada por la presencia de Dios. Conforman un sentir del alma adecuado para penetrar universos sin común medida con la dimensión corporal de los demás sentidos”³²².

Sentir, es otra manera de percibir el mundo, no la forma convencional que hemos aprendido, sino esa carrera por un sendero desconocido, o incluso desde el camino más transitado, pero con una conciencia despierta, es decir, la inclusión de todos y cada uno de los sentidos corporales. Quizás haya que regresar a los orígenes de la condición humana y re-integrar los sentidos, literalmente, despertándolos e integrándolos a las percepciones del sujeto. Panikkar agrega que, “quien no oye (siente y presente) el mundanal silencio no resistirá la tentación de apagar los gritos de la ciudad con un ruido aún mayor”³²³.

24:46)”, Raimon, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios*, 134, pero a éste sufrimiento no nos referimos en este trabajo de investigación.

³²¹ Francisco J. Rubia, *La Conexión divina, la experiencia y la neurobiología* (España: Paidós, 2009), 21

³²² David Le Breton, *El Sabor del mundo, una antropología de los sentidos* (Buenos Aires: Nuevas visión, 2007), 15

³²³ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 16

3.4 Una espiritualidad que revitaliza, *la sensibilidad del encuentro*

El ejercicio de la espiritualidad es revitalizador en muchos sentidos, por decirlo de otra manera es el detonante de la integralidad del sujeto contemporáneo que esta tesis propone, sustentado en la experiencia, los sentidos y sobre todo en la propuesta de otros caminos además de la ortodoxia.

Desde la práctica deportiva, George Mallory³²⁴, legendario escalador del monte Everest, quien utilizaba la escalada como un medio de conocimiento de su propio espíritu decía: “¿A quién hemos ganado?; A nadie fuera de nosotros mismos (después de un arduo día de escalada). ¿Hemos conquistado un imperio? No y sí (¡el encuentro interno!)”³²⁵.

Ya sea escalando una montaña o corriendo una maratón, Bauman sugiere que el camino alternativo sea recorrido como un peregrino, como describiremos más adelante. El trayecto que separa el lugar de partida de la meta, es un intervalo que definiremos como el “espacio de encuentro”, un lugar propio donde la peregrinación “no es un espacio intermedio vacío que habría que recorrer lo más rápido posible, es más bien constitutivo de la meta a la que se llega. El peregrino y su caminar apuntan hacia la sanidad del individuo en el *aquí y el ahora* facilitando el ordenar y articular el “caos de acontecimientos”³²⁶, agrega Byung-Chul, a los que se enfrenta el sujeto contemporáneo.

Cuando uno se dirige únicamente a un objetivo, este espacio intermedio, Byung-Chul lo define como “intervalo espacial”, es solamente un obstáculo que debe superarse lo más rápido posible. Entonces, la orientación exclusiva a una meta hace que este espacio intermedio no tenga ninguna importancia y queda reducido a un pasillo sin valor propio. “La aceleración es el intento de hacer

³²⁴ George Herbert Leigh Mallory (Inglaterra, 1886 – Monte Everest, Tíbet, 1924) fue un escalador y montañista británico que tomó parte en las tres primeras expediciones que se proponían escalar el Everest (1921, 1922 y 1924). Desapareció junto con su compañero Andrew Irvine, a más de 8000 msnm en la cara noreste de la montaña. Aún hoy persiste la duda sobre si consiguieron hacer cumbre. Su cuerpo fue encontrado hasta 1999, 75 años después de su desaparición. <https://www.theguardian.com/world/2010/aug/27/george-mallory-everest-new-film> y <https://web.archive.org/web/20130814200520/http://www.everest1953.co.uk/mallory--irvine.html>
Consulta el día 8 de Agosto de 2019

³²⁵ Orlick, 14, en Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 296

³²⁶ Han Byung-Chul, *El aroma del tiempo, un ensayo filosófico sobre el arte de demorarse* (Barcelona: Herder, 2015), 62

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

desaparecer el intervalo temporal necesario para la superación del intervalo espacial. Desaparece la prolífica semántica del camino. Es más, el propio camino desaparece. Este ha perdido su aroma. La aceleración conlleva un empobrecimiento semántico del mundo. El tiempo y el espacio ya no tienen demasiada importancia. Cuando el intervalo espacio-temporal solo está ligado a la negatividad de la pérdida y el retraso, todos los esfuerzos se concentran en hacer que desaparezca³²⁷, y por ende, no hay espacio para el disfrute desde los sentidos, mucho menos para dejarnos ser encontrados.

Entonces sino es un intervalo ¿qué es y que tan dispuestos estamos para hacer un recorrido diferente? Saulo continua ciego hasta Damasco, porque a Dios se le puede encontrar en todas partes; suena simple, pero como los ajeteos de la vida, más en el mundo contemporáneo, nos dificulta ser conscientes de ello, como a Samuel cuando Jehová le habló por primera vez y éste no reconoce su voz (1 Samuel 3), o como los caminantes de Emaús que sumergidos en la tristeza y confundidos por los acontecimientos de la muerte de Jesús, no descubren que es el Cristo quien camina a su lado (Lucas 24:13-15). Hay lugares donde la experiencia nos envuelve con lo divino y esto sucede desde y en el hombre mismo cuando este se encuentra en un estado de sensibilidad sensorial, “*hay que hacerse el contradizo y buscarle*”³²⁸, una condición humana creativa que facilite la experiencia. Panikkar reitera que, “el hombre es el punto de encuentro de donde tiene lugar el dinamismo de la realidad. El lugar privilegiado es el Hombre; de quien Adán, Job, no se atrevieron a nombrar”³²⁹. Para este autor existen lugares privilegiados de la experiencia de Dios³³⁰, donde sucede este encuentro que es sanador porque es también *en relación* (al sujeto) como sugiere también Bárbara Andrade, Mendoza y Gesché, autores que citamos en el capítulo anterior.

Este Cristo que acompaña a los peregrinos de Emaús un buen trayecto y cuando finalmente es reconocido desaparece. Les deja (nos deja) toda la libertad y la responsabilidad y tampoco quiere

³²⁷ Han Byung-Chul, *El aroma del tiempo, un ensayo filosófico sobre el arte de demorarse* (Barcelona: Herder, 2015), 61

³²⁸ Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 115

³²⁹ Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 117

³³⁰ Además de los que aquí citamos por su estrecha relación con la propuesta de esta tesis, pero también implícitos en la carrera del maratón, Panikkar agrega a la lista: el amor, el mal, el perdón, la naturaleza y el silencio. Este último también puede esbozar en la carrera del maratón, más en relación a la búsqueda interior, el silencio que también sugiere Panikkar, pero no de una manera tan evidente. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 113

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

ser imitado, más bien quiere ser comido (experimentado desde el gusto) para que nos convirtamos en una sola cosa con él³³¹. El Cristo no va delante de nosotros como un portaestandarte, se esconde en nosotros y nos deja libres. Por lo tanto, una espiritualidad que sana convendría que tuviera los siguientes elementos presentes que ya hemos revisado:

- *El tú*. El amor a Dios y el amor a las cosas provienen del mismo dinamismo de nuestro ser. En donde aparece más clara esta relación no dualista es en el amor a nuestro semejante –al tú, a nuestro tú. Este tú es el lugar más importante para la experiencia de Dios, dicho en palabras de Andrade, el encuentro con el otro, *ese tú*, “es esa búsqueda trascendental de mi yo”³³². Y es que la experiencia, aunque sucede directamente en el cuerpo del individuo, la apertura hacia la experiencia de Dios puede surgir por el amor (*bhakti* para la filosofía Oriental)³³³. Panikkar dice, “por el anhelo del corazón en buscar algo que le llene: Dios se vive como un tú”³³⁴.
- *La alegría*. Panikkar resalta las críticas al puritanismo protestante por parte del filósofo alemán Max Scheler quien habla de la –traición a la alegría-³³⁵ (una de las fuentes más hondas del ser). Mientras que en Oriente, las *Upanisad* (textos sagrados de los Vedas escritos en sanscrito) describen la felicidad³³⁶ (*ânanda*) como característica esencial de la divinidad absoluta (brahmán); en la mentalidad Occidental, especialmente la cristiana, la alegría no es generalmente vista como uno de los lugares en los que la experiencia de

³³¹ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo*, (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 2626 Kindle

³³² Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 116

³³³ Además de por amor, Panikkar dice que esta experiencia de Dios también puede suscitarse a través del conocimiento (*jñāna*) y a través de las obras (karma)”. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 124

³³⁴ La vía del amor descubre a Dios como a un tú. Y la mayor parte de la espiritualidad abrahámicas así lo tratan. Dios es el tú a quien se dirigen todas las oraciones. Pero tampoco podemos suponer de manera rigurosa que se tiene la experiencia de Dios como un tú. La experiencia es personal y el tú es tú; no soy yo. Y yo debo de ser el sujeto de la experiencia, en este caso de la carrera del maratón. Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 124, 125

³³⁵ Max Scheler, *Ética* (Madrid: Caparrós Editores, 2001) en Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 129

³³⁶ En el texto Taittirīya Upanisad (III, 3, 1 sq.) cuando se habla de brahmán como felicidad (ânada) homologa el conocimiento de brahmán con el encuentro con la comida (el alimento, *anam*), la vida (la respiración, *prāna*), la mente (manas), etc. es decir, la experiencia del quehacer humano en su máxima profundidad, pero no sólo eso, sino la integración de los sentidos, como el gusto y el olfato en el encuentro con la comida, como relata este libro sagrado hindú. En Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 131

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Dios encuentra una de sus formas más puras³³⁷. “No es una defensa teórica de que Dios es alegría, como la carencia del sentimiento que en la alegría se encuentra Dios y que la alegría es un lugar privilegiado para la experiencia de lo divino”³³⁸, agrega este autor. Hablamos de la sensación, el sentimiento de la plenitud de vida (“El ladrón no viene sino para hurtar y matar y destruir; yo he venido para que tengan vida, y para que la tengan en abundancia” Juan 10:10) y no de una vida con culpa por ser o estar alegres (removiendo los complejos de culpa o una espiritualidad que niega lo vital).

- *Momentos cruciales de la vida.* Hay momentos especiales en la vida de cada hombre, así como experiencias de un mayor peso en la misma vida humana; desde el nacimiento, un encuentro, el descubrimiento deslumbrador de una aprendizaje y otros que simplemente nos despiertan a una dimensión que a veces parecía adormecida en lo más recóndito de nuestro ser. No imaginábamos que pudiéramos vivir con tanta intensidad y profundidad, o que, nuestro cuerpo fuese capaz de correr por cuarenta y dos kilómetros continuar con vida³³⁹. Panikkar agrega que, “muchas veces es claramente una experiencia de tipo religioso (o asociada a la ortodoxia, lo aprendido). Otras veces lo que experimentamos no consueña con lo que habitualmente se llama ni Dios ni religión. Nos inclinamos a pensar que estas experiencias aparentemente más lejanas de una interpretación religiosa son tan auténticas como las denominadas tales. A Dios no se le puede encerrar en ningún templo. También nosotros somos templos del Espíritu Santo (1. Corintios 6:19)”³⁴⁰. Uno de los rasgos fenomenológicos de Dios es el de ser novedad y para nosotros siempre sorprendente; entonces, un momento crucial puede, además de no ser ortodoxo, el correr con Dios por cuarenta y dos kilómetros y al final, reconocerlo como una experiencia que nos ha llevado a una dimensión de encuentro con lo divino. Panikkar también considera la muerte, como un momento crucial, pero no sólo la física de los demás, sino la experiencia de algo que muere también en nosotros, del ego por ejemplo, el hombre

³³⁷ Un claro ejemplo es la novela de Umberto Eco, escritor y filósofo Italiano, *El nombre de la rosa* que narra el misterio de las muertes en una abadía, al norte de Italia, en relación a un libro envenenado de la Poética de Aristóteles y un segundo libro sobre la comedia. Umberto Eco, *El nombre de la rosa* (España: Lumen, 2005).

³³⁸ Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 130

³³⁹ Como referencia, algunas de las consecuencias físicas posteriores a la carrera de la maratón: cambios en la glucemia, pérdida de grasa corporal, la masa corporal, etc. A detalle:

<https://www.sportlife.es/entrenar/correr/articulo/ocurre-cuerpo-despues-correr-maraton> y

<https://www.marathonranking.com/noticias/al-correr-una-maraton-que-le-pasa-a-tu-cuerpo/> Consulta el día 1 de agosto de 2019

³⁴⁰ Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 153

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

viejo que ha superado ontológicamente su egoísmo y, está en disposición para la experiencia de Dios, que es también lo que conlleva a la integralidad del sujeto contemporáneo. Una verdadera peregrinación incluye también la experiencia de la muerte. Pero, ¿qué muere en mi maratón? Primero, podría decir que la concepción de la posibilidad de la experiencia espiritual fuera de las paredes de una iglesia como dice Panikkar; de una oración memorizada, una *lectio divina* o incluso un servicio dominical. En segundo lugar, muere también una espiritualidad desintegrada que minimiza o ignora elementos fundamentales del ser como son los sentidos y cómo desde el sudor, el dolor, el agotamiento, Dios es también esa auto-presencia en relación.

Los sentidos espirituales y esa espiritualidad que sana son los últimos eslabones en la integralidad del sujeto contemporáneo de esta experiencia espiritual, o dicho de otra manera un kilómetro más recorrido durante la carrera del maratón y parte de la vivencia de la que somos parte en la carrera de la vida; los sentidos se hacen esenciales cuando el individuo quiere encontrarse y encontrar a Dios, quien por su naturaleza permanece más allá de la simple aprehensión de los sentidos corporales.

4. El Peregrino, maratonista en el mundo contemporáneo. Espiritualidad y secularidad desde la no ortodoxia

Como revisamos en el capítulo 1, *Prometeo* personifica el *atrevimiento* a buscar y cuestionar lo establecido; los tripulantes de la nave *Prometheus* salen del planeta tierra en busca de los orígenes de la humanidad.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Juan de la Cruz³⁴¹, dice, “ya por aquí no hay camino”³⁴² y Panikkar *lo reitera* parafraseando que, “ni los pájaros, ni los santos dejan huellas. En el cielo no hay senderos”³⁴³.

El Jesús histórico, supera la ley judaica en beneficio de los seres humanos; sanando en sábado (Lucas 14), dialogando con los marginados (la mujer samaritana en Juan 4 y la mujer adúltera en Juan 7) y ofreciendo visiones alternativas como opciones de vida, como a Pedro a quien invita ser pescador de hombres (Juan 21:22). Esta “no ortodoxia” implica la idea de reconocer *otros* caminos atreviéndonos incluso a evadir lo establecido y propiciar la experiencia del encuentro, es algo más que el lugar común de una rebeldía propia de cada nueva generación respecto de las anteriores.

Este camino alterno para Zygmunt Bauman debe de recorrerse como un *peregrinus*³⁴⁴, “recorriendo el mundo como si se tratara de un desierto, haciendo un todo de lo fragmentado, evitando perderse (inserto en el mundo contemporáneo) en la búsqueda de su identidad”³⁴⁵. Sabiendo que su camino está lejos de ser claro o seguro, la incertidumbre y la inseguridad forman parte del desierto y se contraponen por así decirlo, a lo implementado históricamente (que en muchos casos bien genera seguridad y confianza, pero no es una norma).

El ser peregrino conlleva una búsqueda donde la verdad está en otra parte y sale al desierto donde algo extraordinario sucede: oímos hablar al silencio pues el camino mismo “es una plegaria”³⁴⁶. El

³⁴¹ San Juan de la Cruz, (España, 1542 – 1591). Reformador de la Orden de Nuestra Señora del Monte Carmelo y cofundador de la Orden de los Carmelitas Descalzos con santa Teresa de Jesús. Se considera a San Juan de la Cruz la cumbre de la mística experimental cristiana. https://mercaba.org/DOCTORES/JUAN-CRUZ/monte_de_perfeccion.htm y http://www.cervantesvirtual.com/portales/san_juan_de_la_cruz/ Consulta el día 20 Septiembre de 2019

³⁴² Crisogono de Jesús, *Vida de San Juan de la Cruz* (BAC 1997). Respecto al monte de la perfección es serie de aproximadamente 60 dibujos que hizo San Juan de la Cruz para sus alumnos y que resumen lo más granado su doctrina mística. Uno de los dibujos representa un monte con tres caminos, dos a los lados y uno en el centro. Tan sólo el del centro accede a la cima del monte donde no hay nada, excepto el divino silencio. El dibujo está salpicado de leyendas varias, a modo de rimas. <https://trianarts.com/recordando-a-san-juan-de-la-cruz-versillos-del-monte-de-perfeccion/#sthash.EEGAETmX.dpbs> Consulta el día 3 de Junio de 2019

³⁴³ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 521, Kindle

³⁴⁴ El término peregrino (del lat. *peregrinus*) refiriéndonos en su significado más clásico al viajero que, por devoción o por voto, visita un santuario o un lugar considerado sagrado, pero también es todo aquel que anda por tierras extrañas. Bajo el concepto católico español, peregrino es quien se dirige a la catedral de Santiago de Compostela a visitar la tumba del apóstol Santiago. <https://www.caminodesantiago.gal/es/descubre/origenes-y-evolucion>, Consulta el día 3 de Junio de 2019

³⁴⁵ Zygmunt Bauman, “De peregrino a turista, o una breve historia de la identidad”, *Cuestiones de Identidad cultural*. Stuart Hall y Paul du Gay (comp.) (Buenos Aires-Madrid: Amorrortu Ediciones, 2003), 46

³⁴⁶ Han Byung-Chul, *El aroma del tiempo, un ensayo filosófico sobre el arte de demorarse* (Barcelona: Herder, 2015), 60

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

peregrino hace camino y para ello, por obvio que resulte, *tiene que caminar*, como el Jesús histórico en Emaús (Lucas 24:13-15) o como proponemos en esta tesis, a través de la maratón, un recorrido largo, incierto, doloroso y definitivamente divertido; coincide con el atrevimiento a ejercitar la espiritualidad desde una práctica integral al ser. La no ortodoxia que así se plantea sugiere *salir de ese camino común, lo cual a veces produce miedo*³⁴⁷; tomar en serio la vida y correr, literalmente en este caso, cuarenta y dos kilómetros y ciento noventa y cinco metros.

Podemos entonces sugerir que, desde el mundo contemporáneo, se considera al tiempo, a la vez positivo y definitivo, bueno y final, no como un medio manipulable o una etapa que simplemente hay que vivir, sino como fin en sí mismo y único modo real de existencia. Si recorremos este camino como peregrinos o “itinerantes”, esta la conciencia de que cada paso contiene ya aquello que hace que el camino sea un camino y meros pasos, pues la vida misma es según la vamos viviendo, o caminando en este caso. Como afirma la filosofía zen, “si somos caminantes que solo buscamos la cima, nunca disfrutaremos el camino”³⁴⁸, lo que Panikkar reitera con la frase de “la belleza de una sinfonía radica en cada compás y no solo en el acorde final”³⁴⁹; como cada kilómetro recorrido de los cuarenta y dos y ciento noventa y cinco metros durante la maratón, es una porción del tiempo en el cual la persona tiene que ser sensible desde cada sentido. Entonces, la espiritualidad vista desde Oriente u Occidente no es una actitud reservada para los místicos, sino para el sujeto que puede “abrazar lo secular”³⁵⁰. Panikkar agrega que, “ellos (los místicos) comprenden que la eternidad no viene después y viven la naturaleza tempiterna de lo real”; tal como sugiere el *Haiku-dô* o la perspectiva de ser “*Homo viator(es)*” haciendo camino fuera de lo ya trazado, en el que es probable que habrá accidentes, tráfico o eventos inesperados, tal como sucede durante la maratón como describiremos en el siguiente capítulo.

³⁴⁷ José María Castillo, *Espiritualidad para insatisfechos* (Madrid: Trotta, 2008), 40

³⁴⁸ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 516, Kindle

³⁴⁹ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 521, Kindle

³⁵⁰ Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979), 61

4.1 Espiritualidad en una era secular, *acallando el ruido*

El sujeto contemporáneo vive en un mundo ruidoso. Nos referimos no sólo a la contaminación acústica a la que nos enfrentamos diariamente, especialmente en las grandes ciudades. Este ruido se manifiesta también en la trepidación interior del ciudadano de nuestros días, que “cree tener que *trabajar* (algo distinto del vivir y cooperar a la vida del universo) para justificar su existencia”³⁵¹. De la misma manera que mencionamos antes los “riesgos de la espiritualidad”, habremos de estudiar otras situaciones a las que el sujeto contemporáneo se enfrenta y que contribuyen a su fragmentación, como las causas y los efectos de omitir la idea de una dimensión superior para comprender el orden de las cosas³⁵².

Consideramos entonces conveniente, junto con el tema de la espiritualidad, establecer qué entendemos por secularidad, toda vez que, como agrega Panikkar, la espiritualidad no consiste en “taparse los oídos con la cera de una pseudo-espiritualidad para no oír los chillidos crecientes del mundanal ruido”³⁵³. Al contrario, Panikkar enfatiza la importancia de agudizar los sentidos para vivir la música de las esferas (experimentar con los cinco sentidos), que al parecer oían nuestros antepasados e iniciar así la metamorfosis sugerida, aún en medio de la maquinaria ruidosa de la llamada vida moderna. Sin embargo, asumir una espiritualidad de este estilo, sin definir qué entendemos por secularidad, contexto para el que se propone propicio el tipo de espiritualidad sugerida, resultaría vacío.

Lo que es cierto es que la secularidad es un fenómeno básicamente ubicado dentro de la cultura occidental y del mundo en vías de occidentalización³⁵⁴, donde la esfera de lo sagrado, identificado con lo intemporal, es cada vez más reducida y tiende incluso a desaparecer completamente en

³⁵¹ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 16

³⁵² Un sentido de concatenación siguiendo a Melloni. Javier Melloni, *Hacia un tiempo de síntesis* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2011), 172

³⁵³ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 16

³⁵⁴ Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979), 60. Este fenómeno también se ha dado en otras civilizaciones, como la helénica con el estoicismo y el epicureísmo, en la India con el *Nyaya*, en China con el confucionismo y el islam con el falsafismo. Javier Melloni, *Hacia un tiempo de síntesis* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2011), 172

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

algunas áreas. Se trata de un proceso sociocultural producido por relaciones utilitarias y de consumo con vistas a generar un placer inmediato³⁵⁵, a un vacío interior. Entonces, de primera mano, podríamos ubicar el origen de la secularidad, ya sea en el proceso de la industrialización occidental, o bien en la idea moderna de estado-nación, donde se da el reconocimiento de la razón como criterio fundamental de verdad que lleva a la pérdida del espíritu religioso.

Así entonces, el ejercicio de la espiritualidad en nuestros días inicia con la transformación del bullicio en silencio; dándonos cuenta de los ruidos externos, pero sobre todo de los internos, para desde allí acallarlos.

En la época antigua, los sabios, buscando escapar de los ruidos, huían hacia lugares alejados de las ciudades buscando el ejercicio espiritual a través de la ascesis³⁵⁶. Hoy día, el sujeto contemporáneo huye de la espiritualidad, no en busca de la ascesis, sino por desconocimiento de ésta. Es por ello que sugerimos ese retorno a la espiritualidad desde el mundo contemporáneo, esto es, desde la era secular en la que vivimos.

De acuerdo a Panikkar, secular designa “el mundo temporal o aspecto temporal de la realidad”³⁵⁷. Un significado específico dependerá entonces de la concepción particular del tiempo que se tenga, la cual, sin duda, incumbe dentro de la modernidad líquida que describe Bauman. Una descripción más específica sería “la convicción de que el *saeculum*³⁵⁸ pertenece a la esfera última de la realidad, en tanto que lo secular es lo temporal, lo pasajero, lo que no es eterno y, por

³⁵⁵ Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2017), 80

³⁵⁶ Doctrina filosófica o religiosa que busca la purificación del espíritu por medio de la negación de los placeres materiales y/o la abstinencia. En la mayoría de las tradiciones religiosas es un modo de acceso místico y estos sistemas desdeñan las necesidades fisiológicas del individuo por considerarlas inferiores. <http://www.filosofia.org/enc/eha/e020793.htm> Consulta el día 2 de Febrero de 2020.

³⁵⁷ Panikkar agrega que, “quizás la palabra secularidad no sea la más idónea para expresar el concepto”. Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 26 y 31

³⁵⁸ Un *saeculum* (plural, *saecula*) es un término latín utilizado para referirse a un período similar al potencial de vida de una persona, o al equivalente al tiempo necesario para la renovación total de la población humana. El término fue usado por primera vez por los etruscos. Originariamente significaba el lapso de tiempo entre un suceso y el momento en que hubiera muerto toda persona viva durante ese suceso. Llegado ese punto, comenzaría un nuevo *saeculum*. Por lo general, no se utiliza el *saeculum* para un período determinado, sino que se emplea para referirse aproximadamente a 90 años. Panikkar utiliza este término para referirse al cambio de siglo y con ello la oportunidad de transformación. El *saeculum* como “fuerza vital” de la misma realidad está ligado a nuestra naturaleza más profunda; es el cuerpo de la divinidad o la “fuerza vital de todas las cosas”, para Panikkar, esto es la transformación del bullicio en silencio. Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 16

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

consiguiente, indigno de atraer todos nuestros esfuerzos”³⁵⁹. Lo secular no es lo comúnmente definido como mundano, sino la estructura temporal indestructible del mundo. Y como el tiempo no existe sin las cosas temporales, la secularidad incluye la realidad de las cosas materiales que se despliegan en el tiempo y el espacio, es decir, la tríada espacio/tiempo/materia. La secularidad es por tanto, el escenario en donde se juega el destino de todo lo que existe. Dentro de la secularidad, el secularismo es la reducción del espíritu a materia, con lo que se eliminan todas las diferencias y la realidad se reduce a una sola dimensión.

Para alguien como Panikkar, esto temporal es visto como algo positivo³⁶⁰, el *saeculum* entonces, sería un proceso conectado íntimamente con la importancia que se concede al tiempo y a lo temporal, pero a favor del autoconocimiento del sujeto contemporáneo, el símbolo de la recuperación de la integralidad de la persona en nuestros días. Lo anterior, debido a que lo secular es matizado y descrito como el proceso de la invasión de lo temporal en la esfera de lo permanente, lo intemporal y, por tanto, de lo sagrado y de los valores tradicionalmente religiosos.

Entonces, esta era secular representa el momento para que el sujeto contemporáneo transforme el bullicio en silencio, no de forma transitoria y desde una visión no dual de la realidad, es decir, desde el aquí y el ahora. Integrar la secularidad de la realidad que tradicionalmente ha sido olvidada, esto es también la práctica de la no ortodoxia.

La secularidad es entonces la intención de mantener un equilibrio entre ser y no-ser, eternidad y tiempo, mundo y Dios, utilizando la terminología tradicional. Panikkar agrega, “Dios y el mundo son contemporáneos. Dios es un ser relativo, que está en relación con el mundo. Es Dios del y para el mundo”³⁶¹ y de allí introduce el término de “secularidad sagrada”³⁶² que implica más que

³⁵⁹ Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979), 59

³⁶⁰ Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979), 60

³⁶¹ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 28. De manera muy interesante Isaac Newton (1696-1726) al final de su gran obra en su *General Scholium*, (1713), 370, afirma que «Dios es una palabra relativa» recalando que él es Señor y no «alma del mundo».

³⁶² Para Panikkar la “secularidad sagrada” sucede cuando el enfoque secular comienza, casi siempre como reacción contra el dominio excesivo de los valores ultramundanos y las actitudes consideradas “puramente” religiosas. Se produce una reacción secular contra el dominio heterónomo de las instituciones religiosas principales. Pero la secularidad, abandona a su propia dialéctica interna, pronto cae en la cuenta de que necesita un fundamento más sólido, de que no basta simplemente con oponerse a algo. El mero hecho de que se hable de religión “civil”, “implícita” e incluso “secular” muestra claramente la necesidad humana de lo que puede llamarse “lo sagrado”. Aquí también se

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

una cuestión reactiva al dominio excesivo de los valores y actitudes religiosas, lo cual le permite cuestionar: “Alimentar al hambriento ¿es sólo una tarea profana o de instituciones religiosas?”³⁶³

Ante esto, un autor más contemporáneo como Javier Melloni, definirá la secularidad sagrada de Panikkar como “el modelo laico”: la convocación de las diferentes sabidurías de la tierra, y como una cuarta aproximación³⁶⁴, que no se identifica con las tradiciones religiosas, pues “el carácter sagrado de este cuarto modelo no-religioso consiste en no separar lo trascendente de lo immanente; lo sagrado de lo profano, superando así los diferentes dualismos”³⁶⁵.

Si reducimos todo lo real a lo simplemente secular, asfixiamos la realidad y la privamos de libertad. Al mismo tiempo, al negarle a la secularidad su carácter real y definitivo, degradamos la vida humana a un simple juego sin importancia real ni dignidad³⁶⁶ y, con ello, a la filiación divina, es decir al encuentro.

Hemos ya mencionado la crisis en la que se encuentra el sujeto en el mundo contemporáneo, pero ésta radica a su vez en la crisis también del diálogo y encuentro entre lo sagrado y lo secular, donde “lo secular se ha desvinculado de lo profano y no puede ya identificarse con éste. Pero como lo secular se había también afirmado en reacción en contra de lo sagrado, se encuentra ahora desorientado en una tierra de nadie”³⁶⁷. Entonces, la esencia de la secularidad es una experiencia peculiar del tiempo como dimensión constitutiva de la realidad que Panikkar define como “tempiterna”³⁶⁸, esto es: “es vivir el presente como experiencia intensa del instante, sin referencia al pasado que ya fue, o al futuro que será. Es aquel presente en el que se realiza una acción verdaderamente tal, esto es, auténtica y, por tanto, única”³⁶⁹.

aspira a justificar sus propios fundamentos”. Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 41

³⁶³ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 23

³⁶⁴ Esto desde una conceptualización de tres grandes constelaciones religiosas: 1) las religiones cósmicas, 2) las religiones teístas-personalistas y 3) las religiones oceánicas y a las que hay que agregar 4) el modelo laico. Javier Melloni, *Hacia un tiempo de síntesis* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2011), 166

³⁶⁵ Javier Melloni, *Hacia un tiempo de síntesis* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2011), 173

³⁶⁶ Para comprender más sobre dignidad: Carlos Mendoza-Álvarez, Carlos, *¿Qué es hoy la dignidad humana?* (compilación) (México: Universidad Iberoamericana, 2015), 47

³⁶⁷ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 24

³⁶⁸ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 24

³⁶⁹ <http://www.raimon-panikkar.org/spagnolo/gloss-tempiternidad.html> Consulta: 6 de Abril de 2019

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Esta acción coincide precisamente con la práctica no ortodoxa que, para efectos de esta tesis, se traduce en el camino no recorrido para el peregrino que permite, desde y en el tiempo presente, ejercitar el espíritu desde la innovación de la forma.

4.2 Espiritualidad no ortodoxa, *ir haciendo camino*

La historia de algunas prácticas espirituales entre las tradiciones religiosas “se absolutiza en un original y éste se convierte en modelo y criterio”³⁷⁰ para cualquier práctica y creencia. La invitación aquí sería a cuestionarnos ¿existen otros caminos? y ¿cómo hacer una re-lectura fuera del camino trazado por la tradición que permita al hombre seguir siendo el “homo viator”³⁷¹ (itinerante), que hace camino y no viaja a toda velocidad por una carreta ya trazada.

No es la intención de este trabajo descalificar la praxis de la ortodoxia, mucho menos la ortodoxia teológica (dentro del cristianismo o ninguna otra tradición de fe), pues sin duda, gracias a esta ortodoxia se sentaron las bases para el ejercicio de la espiritualidad que continúa vigente en distintos ámbitos. Más bien lo que buscamos es una variante a lo acostumbrado, para su ejercicio a través de lo cotidiano. Por supuesto que, al sugerir una forma alternativa, no pretendemos relajar lo que es la espiritualidad, ni hacernos una *vida espiritual a la carta*³⁷², como dice Castillo, sino buscamos una forma genuina, novedosa y pertinente desde y al mundo contemporáneo y su “tarea de la libertad”³⁷³.

En un período de mutación, de crítica y de inseguridad, como en el que vivimos en el mundo contemporáneo, que hace problemática la aceptación de espiritualidades tradicionales habría que ejercitar una espiritualidad de presencia en el mundo que incluye al otro.

³⁷⁰ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 100

³⁷¹ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 516, Kindle

³⁷² José María Castillo, José María, *Espiritualidad para insatisfechos* (Madrid: Trotta, 2008), 40

³⁷³ José María Castillo, José María, *Espiritualidad para insatisfechos* (Madrid: Trotta, 2008), 25. Castillo agrega que, “no buscamos libertad porque eso nos hace más perfectos, sino porque, ante todo y sobre todo, queremos estar disponibles para la causa del reino de Dios. Eso es lo que tiene que determinar nuestras opciones y dar sentido a nuestra vida. El proyecto del reino de Dios, es un proyecto de humanización de las personas, un proyecto de vida y de felicidad”, agrega.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

La no ortodoxia implicaría entonces re-conocernos como personas integradas desde la no separación del espíritu y el cuerpo, para dar pie al encuentro y como dice Andrade, “ser sanados”. Como sujetos no fragmentados, estar en la disposición de recorrer caminos nuevos, como intervalos y lugares propios³⁷⁴, no convencionales.

Estos caminos alternos, son en lenguaje de Panikkar la invitación a despertar el espíritu creativo, en un mundo donde pareciese que es más sencillo seguir por la senda conocida, que emprender *el camino a Ítaca*; “es más fácil -huir del mundanal ruido- que descubrir el -mundanal silencio-; es más seguro seguir una senda que crearla”³⁷⁵; es más cómodo cerrarse a la posibilidad del encuentro transformador que abrirse al encuentro sanador.

Ciertamente, si a tales lugares se acercan personas indiferentes o insensibles a lo sagrado, el intercambio de energías entre tierra, hombre y Dios no solamente no pueden llevarse a cabo, sino que se deteriora y pierde fuerza, mucho menos el encuentro. Para Panikkar hasta lo sagrado puede ser contaminado. A diferencia del peregrino, “éste es un pecado que el turista comete llevando su devastación a todas partes sin preocuparse por los enormes daños que procura a todos sus niveles”³⁷⁶, por supuesto el espiritual, pero también el relacional. Y en una carrera como la maratón esto también sucede. Hay corredores que ingresan el recorrido en el kilómetro 25 o mucho más allá de la meta y sólo corren por la medalla ¿hay en verdad una ganancia cuando no se ha recorrido kilómetro por kilómetro?; ¿podemos hablar de algún triunfo al cruzar la meta cuando el sujeto sabe que ha iniciado con más ventaja que otros corredores, o que incluso ha profanado su significado?

³⁷⁴ Han Byung-Chul, *El aroma del tiempo, un ensayo filosófico sobre el arte de demorarse* (Barcelona: Herder, 2015), 60. Aunque la cita es sobre Byung-Chul Han, corresponde también al concepto de Bauman sobre los “no lugares” en el mundo contemporáneo: “espacios despojados de las expresiones simbólicas de la identidad, las relaciones y la historia, como aeropuertos, autopistas, anónimos cuartos de hotel, el transporte público, etc. En la historia del mundo, nunca antes los no-lugares han ocupado tanto espacio”, Zygmunt Bauman, *Modernidad líquida* (México: Fondo de Cultura Económica, 2003), 111

³⁷⁵ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 14

³⁷⁶ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 942, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

La transformación que sugerimos, no es huir del mundo sino transfigurararlo; encontrar el silencio y crear una senda con ello. El profeta Elías sale en busca de Jehová y encuentra, un viento que rompía montes, un terremoto y fuego, pero Jehová no estaba allí. Este relato bíblico concluye, “Y tras el fuego un silbo apacible y delicado. Y cuando lo oyó Elías, cubrió su rostro con su manto” (1 Reyes 19:11-13). La presencia de Dios estaba en el silbo apacible; éste es el silencio interior que nos permite hablar de Dios hoy día. ¿Dónde puede ser hallado Dios en el mundo contemporáneo?

Esta escena de Elías es una escena similar al mundanal silencio propuesto por Panikkar, se trata de un ruido que se evita cuando se sigue la senda conocida. Desde la no ortodoxia esto implica también que el sujeto se centre en la transformación racional y no irracional, sin que esta práctica se convierta en una ascesis y con la última finalidad de la autorrealización³⁷⁷, sugerida por Andrade.

Para lograr lo anterior, sugerimos hablar de una “Espiritualidad integral” del sujeto, que parta de una re-interpretación de lo que tradicionalmente se ha entendido en la teología como integración de las naturalezas distintas en Dios³⁷⁸. Lo anterior sólo será posible considerando a los sentidos corporales y su ejercicio desde disciplinas deportivas donde los practicantes reconocen una relación estrecha con la espiritualidad, como el alpinismo y el tenis. En el atletismo antes, durante y al finalizar una carrera, se transitan por diversas etapas de autoconocimiento (si se está consciente) a través de dolor, el gozo y los límites del cuerpo físico y mental, abriendo un sin fin de posibilidades al encuentro con uno mismo.

³⁷⁷ Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999)

³⁷⁸ El término para definir esta relación es Perichoresis del Griego περιχώρησις *perikhōrēsis*. Concepto teológico cristiano que expresa el grado de unión entre las personas de la Trinidad. Esta doctrina presupone la afirmación de que en Dios hay un solo ser, una sustancia y esencia, una misma naturaleza divina. La palabra “perichoresis” proviene del griego y significa recirculación o recapitulación. Del griego pasó al latín con dos expresiones similares: *circumincessio* y *circuminsessio*. La primera, expresa mayor dinamismo: moverse o dar giros alrededor. La segunda, insiste en la existencia de unos en otros; literalmente: estar sentados en un mismo sitio. “Perichoresis” era también el nombre de una danza, en la que uno gira en torno al otro, entrelazados mutuamente como si fueran uno solo. Podemos referirnos también a la danza espiritual de los Derviches del persa: درویش, *darvīsh*, “mendigo”, cofradía religiosa musulmana de carácter ascético cuyos rituales se basan en la repetición de frases sagradas, la búsqueda de un estado de hipnotismo y las danzas giratorias que se utilizan para alcanzar el éxtasis religioso (fana o majdhub). Algo similar se da durante una carrera de la maratón, donde de manera repetitiva y a través de la carrera se logra una conexión con la divinidad, tema que se desarrolla en esta investigación. Paolo Scarafoni, *En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo* (México: Nueva Evangelización, 1999), <https://www.britannica.com/topic/dervish> consultado el día 30 de Octubre de 2018

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- *Auténtica existencia*

Un último componente que vale la pena enunciar en el contexto de la secularización, es el culto³⁷⁹ como una forma de apreciación y respeto de la espiritualidad; es personal y debe de generar un conocimiento activo hacia la práctica del autoconocimiento. Desde una cosmovisión Oriental, ésta “da nacimiento a una chispa de conciencia”³⁸⁰ y cuando sucede el encuentro hay una unión (con el otro) a un nivel más profundo; además el sujeto se encuentra así también en “comunidad con el universo entero”³⁸¹.

La secularización representa para la espiritualidad del hombre contemporáneo, la recuperación de la estructura sacramental de la realidad, la conciencia de que una vida humana realmente plena es litúrgica porque es la expresión misma del misterio de la existencia. En este contexto, “el culto no es la evasión, o la omisión de los deberes hacia los demás, sino la integración de todas las dimensiones de la vida, actúa como un contrapeso de materia -cuando somos demasiado espirituales- cuando lo material toma las riendas-”³⁸². Tampoco radica en acciones egoístas pues este sucede hasta cierto punto en el ámbito del encuentro, sino es el paso consiente del mito al *logos* (y con ello la aceptación de la finitud humana).

Desde el culto, no sólo se supera el egoísmo y el aislamiento, sino también el “activismo infructuoso de pura agitación y la superficialidad estéril de una existencia inauténtica”³⁸³. En el

³⁷⁹ Panikkar define el culto desde la palabra inglesa *worship*, que tiene su origen, etimológico de *weorþ*, y que quiere decir: estima honor, adquiriendo un sentido de “importancia, respeto, dignidad”. Desde sus orígenes ha tenido connotaciones religiosas: veneración de una fuerza considerada divina, reverencia hacia un ser superior, etc. Es también un acto de la persona por medio del cual entra en contacto con algo o alguien trascendente y superior con el fin de dar o recibir algo material o espiritual. Entiende también el culto como, “toda acción humana que simboliza una creencia; todo acto simbólico que brota de una creencia particular”. Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979), 56, 57

³⁸⁰ Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979), 140

³⁸¹ Recordemos a Andrade que define al hombre como “sujeto capaz de encuentro, en apertura ilimitada...”, y desde allí sucede el experimentarse a sí mismo como persona, sólo en la medida que es “comunidad participativa con otros”. Bárbara Andrade, *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática* (Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999), 110, 111

³⁸² Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979), 143

³⁸³ Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979), 140

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

mundo contemporáneo, la crisis, no sólo del sujeto, sino en relación a la globalización o la modernidad líquida, observamos una parálisis para responder a los estímulos internos o externos que la persona recibe, es decir, una desconexión. El culto, tiene entonces el componente que nos pone en comunicación con el centro de lo humano e incluso con la existencia divina y que es vital en el proceso de convertirse en persona.

Entonces, en este momento secular y después de los conceptos que hemos revisado, la espiritualidad del sujeto contemporáneo se expresa desde la búsqueda de la complementariedad como ese encuentro siempre vivo e infinito entre inconmensurables, que nunca termina de darse, pero que nos deja abiertos al encuentro constante. El culto de la persona debe de poner el acento sobre el servicio a este mundo, que sucede desde el encuentro, especialmente, agrega Panikkar, “en aquellos para quienes el aspecto trascendente ha degenerado en una mera proyección de la impotencia personal; el culto del hombre secular debería de dar expresión a este anhelo interno y constitutivo del hombre hacia algo que permanece siempre más allá de él y con énfasis en la trascendencia verdadera”³⁸⁴. Esto llevaría no sólo a la autorrealización posterior al encuentro, sino también al reconocimiento del otro (el sujeto con quien sucede el encuentro) haciendo de este ejercicio una práctica no egoísta, lo que ejemplificaremos en el siguiente capítulo al describir la experiencia de la maratón y la trascendencia del encuentro en la misma.

El culto desde la no ortodoxia incluye al otro, como lo hizo Jesús histórico al dialogar con grupos de seres humanos relegados, marginados y desde allí mostrar el recorrido del camino menos transitado, de ser peregrinos en el desierto, no por el aislamiento, sino por la búsqueda de ese mundanal silencio.

4.3 La espiritualidad desde otra tradiciones, *El entrenamiento del yo*

En sociedades y religiones de Oriente se ha logrado mantener la visión del mundo contemporáneo que comprende lo divino, lo humano y lo cósmico, como los tres elementos constitutivos de la

³⁸⁴ Raimon Panikkar, *Culto y secularización* (Madrid: Marova, 1979) 141, 142

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

realidad, sin subordinación alguna entre ellos (en cambio, en las llamadas *grandes religiones*, este mundo es visto muy a menudo como algo periférico o provisional). Parece que la diferencia radica en que las culturas que no han sobrevalorado el papel de la mente y mucho menos de la razón, tienen una experiencia vital armónicamente más completa u “holística”, como dirá Panikkar, quien a su vez define este fenómeno como la “intuición cosmoteándrica”³⁸⁵ que es *lo opuesto* a la secularidad, aunque el mismo autor concluya que esto es sólo una “utopía”³⁸⁶. Pero, como *Prometheus* o el Jesús histórico, hay que atrevernos a re-pensar el ejercicio de la espiritualidad en el Occidente. Y es que el hombre secular que vive inmerso en una modernidad líquida, no es necesariamente a-religioso, sino que el énfasis de la secularización está en el grado de conciencia humana con el que éste se aproxima a la realidad, ya sea para descubrir el mundanal silencio o permanecer en la senda conocida.

Consideremos como ejemplo la conceptualización del tiempo desde una espiritualidad Oriental, citando el *Haiku-dô* japonés³⁸⁷. Esta vía espiritual (*dô*) de entrenamiento del yo, pone la atención del sujeto en el tiempo y desde allí sugiere un despertar en la esencia de la realidad y de autenticidad desde las cosas más sencillas. Relaciona a la experiencia del sujeto y al ejercicio de la espiritualidad con un entorno secular y auténtico que propicie la reintegración de las partes que conforman a la persona y desde allí motiva el encuentro. El *Haiku-dô* sugiere incluso “el encuentro” con otros seres vivos y no necesaria y exclusivamente con personas. Aquí una razón más para pensar en el desbordamiento, por lo menos en el caso de Dios: no es posible el equilibrio sino la eterna quietud. Más que un equilibrio, lo que buscamos reconocer es el anhelo eterno que además viene marcado por gozo y consolación.

Otro ejemplo de la cosmovisión Oriental lo observamos el término japonés relacionado a la impermanencia: *Mono no aware* (物の哀れ)³⁸⁸, que se traduce como la empatía hacia las cosas y

³⁸⁵ Más a detalle, es la visión de la realidad que comprende estos tres elementos, como constitutivos de la realidad sin subordinación alguna entre ellos; son factores interdependientes y forma la corporeidad que es una de las dimensiones inter-in-dependientes de esta realidad. Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 26 y 31

³⁸⁶ Raimon Panikkar, *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente* (Barcelona: Martínez Roca, 1999), 16

³⁸⁷ Es considerada también como un proceso de despertar de los sentidos, de desprendimiento y de autenticidad. Vicente Haya, *Haiku-dô, El haiku como camino espiritual* (Barcelona: Kairós, 2008)

³⁸⁸ *Mono no aware*: El *Pathos* de las cosas. Esta frase se refiere a “pathos” (aware) de “cosas” (mono), derivado de su transitoriedad. En la antología clásica de la poesía japonesa del siglo VXIII, el sentimiento del sentirse despierto (aware)

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

donde la estructura del tiempo considera lo humano con lo divino en la cotidianidad, donde suceden los apegos, las certezas, las expectativas. También se traduce como, “la sensibilidad a lo efímero”, es decir el despertar de la conciencia, pero con un profundo sentido de realidad en la vida (del sujeto, por supuesto, ya que es algo personal) o, como lo mencionábamos al abordar la propuesta de Bárbara Andrade, lo que sucede en el encuentro con el otro.

Para Panikkar, la espiritualidad se apoya también sobre la experiencia del *anthropos*³⁸⁹, es decir, la conciencia, lo cual coincide con el *Mono no aware* de la espiritualidad Oriental. Hay una estrecha relación en la conciencia (última) de la vida entendido como el sentido, no exclusivamente conceptual, sino el sentido (de los sentidos), el sentido (de la orientación) y sobre todo de la conciencia última de la vida. El sentido de la vida es, en el fondo, la experiencia de mi vida; experiencia que es inseparable de su (mi) interpretación.

Estos son sólo algunos ejemplos de tiempo y realidad temporal, pero que despiertan la conciencia hacia el autoconocimiento y con ello, hacia la autorrealización. Desde la secularidad, pero siguiendo a Panikkar integrando lo divino, humano y cósmico, estas visiones orientales son ejemplos del ejercicio de la espiritualidad sin que el tiempo, el *saeculum*, juegue en contra, otorgándole el peso debido a la *secularidad sagrada* desde una realidad posible, innovadora quizás para Occidente.

es típicamente desencadenado por el lastimero llamado de las aves o de otros animales. Traducción propia. Stanford Encyclopedia of Philosophy.

<https://plato.stanford.edu/entries/japanese-aesthetics/#MonoNoAwarPathThin> Consulta: Lunes 8 de abril de 2019

³⁸⁹ El término tiene origen en el idioma griego y proviene de **anthropos** (“hombre” o “humano”) y **logos** (“conocimiento”).

Conclusión del capítulo: El sujeto contemporáneo en un tiempo secular, practicante de la no ortodoxia

En este segundo capítulo hemos definido la espiritualidad del hombre contemporáneo desde la secularización, como la recuperación de la estructura sacramental de la realidad, y como la conciencia de que una vida humana realmente plena es litúrgica porque es la expresión misma del misterio de la existencia.

Siguiendo a Panikkar, descubrimos que “no existe ningún tratado que codifique o sistematice la enseñanza y técnica de la espiritualidad”³⁹⁰. Así, retomamos lo que Pierre Hadot afirma: “bajo el objetivo de disfrutar la vida, cada día debería de practicarse un ejercicio espiritual”. Sólo a través de esa actividad que no necesariamente está definida consideramos posible que el sujeto contemporáneo logre escaparse en el tiempo y despojarse del ruido. Lo anterior nos permitió entrar en el terreno de la “no ortodoxia” definida por Panikkar, esto es, en la posibilidad de salirnos del camino definido, medido, para iniciar el recorrido como peregrinos, dispuestos a “hacer camino al andar”, enfrentar los temores propios, así como experimentar el gozo del mismo recorrido sea en el desierto o en el itinerario de los cuarenta y dos kilómetros de la maratón.

Entonces, el ejercicio de la espiritualidad desde la no ortodoxia implica:

1. La integralidad del sujeto contemporáneo: alma, cuerpo, sentidos y espiritualidad en relación con el otro
2. La secularidad sagrada como la intención de mantener un equilibrio entre el ser, eternidad y tiempo, mundo y Dios
3. La espiritualidad desde otras tradiciones donde el énfasis está en el grado de la conciencia humana, la empatía y el camino recorrido desde el reconocimiento de la vida

³⁹⁰ Pierre Hadot, *Ejercicios Espirituales y Filosofía Antigua* (Madrid: Ediciones Siruela, 2006), 26

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

4. Una actitud de culto como una forma de apreciación de la espiritualidad desde el respeto; no sólo como una parte fundante del ser humano, sino también como un ejercicio de inclusión y unión con el otro

En la historia de la humanidad, la iglesia (como institución) ha impuesto reglas y normas, legitimadoras desde el ejercicio de la ortodoxia, que para muchos seres humanos han sido la única línea de conexión con Dios. Una ortodoxia práctica que humaniza la experiencia de fe y que busca exclusivamente la liberación al recorrer otros caminos, ensayando la vida de Cristo desde el atrevimiento a lograr la meta última (que no es la llegada o conclusión de la carrera), es decir, el encuentro con lo divino.

Como peregrinos en el desierto, y con la intención de mantener un equilibrio entre el ser y el no-ser, la eternidad y el tiempo, el mundo y Dios, es decir, dando un giro a la secularidad a una “secularidad sagrada”, se puede alcanzar la integralidad del sujeto en la actualidad.

Así, en el próximo y último capítulo abordaremos una experiencia de espiritualidad deportiva en el mundo contemporáneo desde la no ortodoxia: la práctica del ejercicio físico como un camino alternativo donde el sujeto percibe a Dios a través de los sentidos y la narrativa de la transformación interior que suscita la experiencia del encuentro. Una descripción en primera persona, de los cuarenta y dos kilómetros y ciento noventa y cinco metros de la maratón como un itinerario de auto-conocimiento e integración.

CAPITULO III

La maratón: espiritualidad en 42.195 kilómetros

Introducción al capítulo

En el capítulo anterior revisamos la relación de la espiritualidad y la vida y, como ésta debe de ser percibida, “libre de cualquier idea de experimentación artificial”³⁹¹. Mendoça al referirse a la vida dice que es, “un laboratorio inmenso para la sensibilidad y el asombro que nos permite reconocer en cada instante, por escaso y precario que sea, la reverberación de una fantástica presencia: los pasos de Dios”³⁹².

¿Qué le sucede al sujeto y al cuerpo durante una distancia de 42 kilómetros y 195 metros? ¿cuál es la preparación física y mental que se requiere antes y después de un esfuerzo físico de esta magnitud? ¿cómo un ejercicio cotidiano se transforma en una experiencia espiritual auténtica fuera de lo establecido? y ¿qué elementos tendríamos que considerar para denominarla de esta manera?; ¿es posible transformar los acontecimientos cotidianos en experiencias relacionadas con lo divino?

En este tercer y último capítulo, intentaremos responder a estos cuestionamientos desde mi relato personal de los sucesos durante una carrera de la maratón en 2016, en la Ciudad de México, como ese laboratorio plagado de momentos sensibles que suceden kilómetro a kilómetro. Consideraremos los conceptos revisados en los dos capítulos anteriores y con ello responder a la pregunta que da origen a este trabajo de investigación *¿es una carrera de 42.195 kilómetros una experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto en el mundo contemporáneo?*

El objetivo entonces de este capítulo será describir las etapas de la carrera de la maratón, cuando el asfalto se transforma en un espacio de encuentro y experiencia para los sentidos, donde como

³⁹¹ Raimon Panikkar, *El Cristo desconocido del hinduismo* (Madrid: Nuevas Fronteras, 1970), 57

³⁹² José Tolentino Mendoça, *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos* (Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016), 14

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

describiremos, no hay prisa de llegar a ningún lado sino es ese camino personal a Ítaca que nos permitirá huir del mundanal ruido y finalmente suscitar el encuentro con lo divino.

Correr como peregrino en un estado “en el que no se piensa, ni se concibe, ni se ambiciona, ni se desea, ni se espera nada concreto, que no tiene ninguna dirección espiritual y, no obstante, por la cantidad de fuerza que tiene concentrada se sabe dotado para lo posible y lo imposible, este estado, que radicalmente no tiene intenciones ni un yo, lo califica el maestro como auténticamente espiritual. Está de hecho lleno de vigilancia espiritual y por eso es llamado también “verdadera presencia del espíritu”³⁹³.

5. Un recorrido hacia la espiritualidad

El peregrino no tiene rutas definidas, sino sale del sendero y antes de encontrar lo extraordinario (lo divino), se pierde, divaga e incluso duda; en la conciencia de cada paso, elige una senda sin saber exactamente hacia a dónde va, pero no deja de caminar. Así ha sido mi caminar y así fue mi incursión en el ejercicio físico, sin saber que un día correría una maratón. Lo que comenzó como una distracción enfocada en el bienestar físico se convirtió en una de las experiencias más gratificantes de mi vida, y definitivamente, un encuentro personal con lo divino. Pero esta no era la intención inicial, mucho menos como ejercicio espiritual y aún así, lo divino se fue revelando, fue sucediendo paso a paso. Podría decir que sucedió como con los caminantes de Emaús que son sorprendidos por Jesús sin ser este el objetivo de su recorrido, pero como revisamos en el Capítulo I, la condición humana es cambiante de acuerdo al momento y depende del sujeto leer esas señales (o dejarlas pasar). El peregrino, como creatura consciente que está ubicado en una realidad dinámica, está despierto, pero no podemos decir de manera certera que está preparado para la experiencia, o el sentido se revelará sencillamente con el paso del tiempo, sin embargo desde el pensamiento judeo-cristiano, si podemos decir que Cristo los acompaña; “¿sabe la flor

³⁹³ Hans Lenk, “El deporte entre el zen y el yo”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 292

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

cuándo se abrirá? No depende de ella; debe de estar allí a punto para acoger la luz y el calor que hará que se abra. También así sucede con nosotros y (el encuentro con) la gracia”³⁹⁴.

Como encargado de hacer su propia historia, el hombre-peregrino sabe que está vivo y se apropia de la vida partiendo de la experiencia para dar forma a su realidad, recibe el *ruah* de parte de su Creador para continuar el recorrido como una experiencia de la libertad del ser.

- 1986, despertando a los sentidos

Podría decir que mi peregrinaje inició treinta años antes de la carrera de cuarenta y dos kilómetros con una experiencia sensorial que, no sólo despertó mis sentidos corporales, sino sobre todo los espirituales y con ello mi camino espiritual que al día de hoy continua.

A la edad de trece años, mi cuerpo comenzó a enfermar sin razón aparente; múltiples moretones aparecieron en mis piernas, seguidos de altas temperaturas corporales y dolores algo crónicos que me hicieron estar en cama por varias semanas. En este lapso de tiempo hubo varios diagnósticos, el último de leucemia y con ello la inmediata sugerencia médica de iniciar terapias quimio como la única salida hacia la salud antes de que la supuesta enfermedad avanzara o incluso que después no hubiese mucho por hacer. Ante la desesperación de mi mamá, consideramos como una última opción ver un médico en El Paso, Texas, esperando que el diagnóstico fuera diferente, al menos más promisorio.

Logré abordar un avión a Cd. Juárez por mi propio pie, pero al aterrizar ya fue imposible bajar caminando, increíblemente la enfermedad había avanzado con gran rapidez, quizás por la variación en la altitud, o quizás porque este evento era parte del camino a seguir. Cuatro horas fueron suficientes para dejarme sin capacidad de caminar, la hinchazón en mis pies, simplemente me impidió seguir, así que tuve que ser auxiliado para descender del avión en silla de ruedas y en

³⁹⁴ Raimon Panikkar, Milena Carrara, *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo* (Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018), 360, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

medio del dolor, tomar un automóvil con destino a la frontera de los Estados Unidos, para cruzar a la cita médica.

En el auto viajábamos, el chofer, mi abuela y mamá en la parte trasera, y yo en el asiento delantero. Dado que yo no tenía pasaporte o visa, esperábamos llegar a la línea de control fronteriza y explicar al oficial de migración la situación. Al llegar a este punto el chofer bajo la ventanilla del asiento delantero y los tres adultos mostraron sus pasaporte desde el interior del vehículo e inmediatamente el oficial verificó los pasaportes e hizo señas para continuar el camino (en ese entonces el cruzar la frontera hacia Estados Unidos era más sencillo que en la actualidad). El chofer mantuvo el auto detenido, incluso con el freno de mano; comenzó a explicar que yo no tenía documentos oficiales para cruzar legalmente pero que viajábamos por una urgencia médica, incluso mostró confirmación de la cita, el oficial simplemente ignoró la conversación e insistió en que siguiéramos.

Entre dudas y sin entender muy bien qué estaba pasando, fue ahora mi mamá que se acercó a la ventanilla del automóvil para decir que, el niño que iba al frente del auto era su hijo pero que no tenía documentos; reiteró que estábamos allí por una urgencia médica, de vida o muerte. Este argumento tampoco llamó la atención del oficial sino que ahora en tono imperante, incluso molesto, ordenó al chofer avanzar de inmediato porque ya estábamos obstruyendo el tránsito o de lo contrario seríamos excluidos de la fila y obviamente no podríamos cruzar la línea fronteriza.

Entonces, mi abuela, fiel devota católica, simplemente dijo:

- *“¡Avancemos, ¡ha sido un ángel de Dios que nos ha dado el paso libre!”*

¿Un ángel?; ¿qué había sido eso?; ¿cómo a mi corta edad y en medio del dolor podría entender lo que esto significaba?; ¿por qué el oficial de migración había ignorado por completo mi presencia, aún cuando yo ocupaba el asiento delantero del auto? Preguntas a las que más adelante encontraría una respuesta. Como en el relato del llamado al profeta Samuel siendo aún un niño³⁹⁵, en mi condición comenzaba a despertarse ese sentido de conciencia y con ello la

³⁹⁵ El antiguo historiador judío Josefo dice que Samuel tenía 12 años en ese momento relatado en el libro de 1 de Samuel 3. Roland E. Murphy, *Comentario Bíblico San Jerónimo*. Tomo I, eds (Madrid: Ediciones Cristiandad), 455

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

experiencia del ser, pero tenía que estar más presente, más atento para poder percibir estas señales con todos mis sentidos, corporales y espirituales.

Después de una serie de estudios de laboratorio, el médico pediatra descartó el diagnóstico de leucemia para confirmar “el sexto caso en un niño, en Estados Unidos en 1986, de un desorden sanguíneo denominado *schonlein púrpura*³⁹⁶”, que efectivamente se confundía con cáncer y afectaba primariamente la circulación sanguínea. En mi caso ya estaba sin poder caminar por la hinchazón en mis pies y entendía muy poco de medicina, ¿cómo seguiría este camino sin poder dar un paso?, aunque el diagnóstico era favorable ¿podría caminar de nuevo? Las preguntas sin respuesta aún daban vuelta en mi cabeza.

Después de una semana en reposo absoluto y el tratamiento médico adecuado logré recuperarme, sin secuelas al día de hoy. Este tiempo en cama fue el adecuado para reflexionar, cuestionarme qué me estaba pasando, intentando escuchar o despertar los sentidos para poder descifrar el sentido de esta experiencia corporal, pero también de sanidad física. Guiado por la voz y la experiencia de espiritualidad de mi abuela, fui animado también a buscar respuestas en el Dios de Jesús, como el dador de vida y la salud; así como Elí pide a Samuel que regrese a sus aposentos y “escuche” (1 Samuel 3). De regreso a la Ciudad de México los pasos de este peregrinaje dirigieron la búsqueda a un encuentro aún más íntimo con Dios a través de la iglesia presbiteriana y con ello, revivificar la experiencia como ese llamado de Dios en mi vida, una segunda oportunidad de seguir vivo y desde el agradecimiento recuperar la fuerza en las piernas para poder seguir este peregrinaje que ya había sido una experiencia de sanidad y el primer paso para ordenar el caos de acontecimientos, y que treinta años después me permitiría vivenciar el correr una maratón.

- El entrenamiento, iniciando el peregrinaje

³⁹⁶ <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/henoch-schonlein-purpura/symptoms-causes/syc-20354040>

Consulta el día 2 de Agosto de 2020

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Para caminar, obviamente para correr necesitamos del cuerpo, como un pez necesita del agua para moverse, incluso para respirar. Mi cuerpo ya respondía a la demanda física de una carrera corta; conocía, sin estar completamente consciente, el esfuerzo físico que significaba y mi conciencia comenzaba a vislumbrar ese momento o la posibilidad de ser libre durante la carrera, esa búsqueda de algo sin saber exactamente qué es, pero que sucedía atisbos mientras corría.

Aún en carreras de corta distancia mi ser experimentaba una realidad distinta de satisfacción interna, así que ese sentido interno previo a lo numinoso, me hizo permanecer activo como corredor y tomar la decisión de ir más allá y correr una maratón.

Un año antes, en Agosto de 2015, mientras continuaba mi peregrinaje en la senda del corredor, inicié también un arduo programa de entrenamiento físico con una meta en particular: la maratón de la Ciudad de México de 2016. Durante doce meses me enfoqué en la preparación física buscando equipar a mi cuerpo con lo necesario para responder de manera favorable al esfuerzo que implica correr esta distancia; en otras palabras correr al menos por 3 horas y 30 minutos sin parar, considerando que podría hacer esta carrera en un tiempo favorable y no en siete horas, tiempo que toma a corredores que no se preparan de manera previa o desconocen lo que para el cuerpo y puede implicar esta actividad. Entonces busqué apoyo y mentoría de amigos, maratonistas y combinar otras disciplinas como la natación³⁹⁷ y obviamente un gimnasio para fortalecer el cuerpo de manera constante pensando en la meta, incluso erróneamente pensando en la medalla. Integré también la espiritualidad hinduista a través de la práctica de esta disciplina Oriental, el yoga, como una manera adicional de relajación mental posterior a un largo entrenamiento, pero también desde allí, el *mono no aware* facilitó el despertar de la conciencia para, paso a paso, brevemente, desadormecer los sentidos incorporándolos a la corporeidad. Tenía presente el sentido de caminar y cómo esa movilidad que había sido detenida en 1986, era ahora el motor para seguir de pie.

Ahora estaba aún más consiente de que, sería con mi cuerpo y desde mi cuerpo que haría esta carrera; comenzaba a integrar diferentes sensaciones, muchas por primera vez y ello me

³⁹⁷ La natación es un ejercicio altamente recomendando para personas que practican ejercicios de atletismo, ya que, ayuda a relajar los músculos después de un esfuerzo de carrera, además alivia las tensiones musculares en la espalda por la presión del peso corporal en el asfalto.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

proporcionaba una experiencia plena que se repetía en cada zancada. Después de correr por más de treinta minutos sin parar y a un ritmo constante lograba un estado de tranquilidad, como meditación activa, simplemente disfrutaba correr y lograba transportarme a otro estado mental de tranquilidad; sensación que hoy día sigo alcanzando. Algunas veces también una sensación de hastío por correr aparentemente sin una razón lógica y simplemente querer detenerme. Dependiendo del lugar, diversas experiencias iban sucediendo, no sólo en mi cuerpo, sino comenzaban las interacciones, por breves que fueran con otros corredores, a veces simplemente un saludo, hasta quien con más experiencia pasaba de lado animando a seguir, lo cual se sumaba al itinerario de la búsqueda en todos los aspectos de la realidad.

Durante este tiempo hubo también que probar diferentes métodos, técnicas de carrera y aditamentos buscando simplemente una mejor experiencia de carrera y sin ser un atleta élite, reducir el tiempo total. Actualmente existe una amplia variedad de aditamentos para el corredor donde la mercadotecnia y la modernidad también han intervenido aprovechando el boom de esta actividad: lentes para el sol, gorras y ropa confeccionada con materiales ultraligeros de última tecnología que absorben el sudor facilitando el movimiento. La playera del maratón de la Ciudad de México incluso venía con un chip integrado para poder monitorear la carrera. Existen otros aditamentos tecnológicos que asisten al cuerpo durante la carrera y miden la cadencia, el ritmo cardiaco, distancia, velocidad y cuanta métrica sea necesaria. Yo probé casi todo lo que me recomendaron y me quedé sólo con lo mínimo: un par de tenis *Asics* para correr especialmente distancias largas y deje de lado lo demás, porque disfrutaba el peregrinaje ligero de equipaje; porque ello me permitía incluso estar muy consciente de lo que sucedía en mi cuerpo, de sudar y hastiarme de esta sensación o simplemente hacerme consciente del cansancio y no negar esas partes de mi ser, sino integrarlas como un elemento más de esta vivencia. Sin embargo otros aditamentos son casi imprescindibles, como el uso de *Vaseline* en algunas partes del cuerpo para disminuir la fricción por el movimiento y con ello evitar el dolor, incluso el sangrado después de una larga trayectoria. Como sea, la idea es proveer de las menos prótesis posibles al cuerpo y con ello facilitar la experiencia corporal.

Unas semanas antes de la carrera, hubo que correr una distancia de 30 kilómetros, que es la antesala de la maratón, yo corrí junto con una amiga sobre Avenida Reforma en un fin de semana.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Iniciamos muy de mañana con dirección al norte y como la calle estaba cerrada al tráfico vehicular simplemente seguimos con paso firme contando los kilómetros y también verificando el estado físico de ambos, ocasionalmente preguntando si íbamos bien para simplemente acentuar con la cabeza un “todo bien”. Cuando nos dimos cuenta y después de un par de horas corriendo, estábamos a los pies de la basílica de Guadalupe. Habíamos corrido desde el Ángel de la Independencia hasta este recinto sagrado. Había que regresar, pues estábamos apenas a menos de la mitad de la meta establecida, no sin antes detenernos un momento y pensar en los millones de peregrinos que hacen este recorrido durante todo el año, obviamente no corren y su fin es distinto, pero la ruta es muy similar. Imaginé el tiempo que a muchos de ellos les toma este peregrinaje y que inicia en lugares fuera de la Ciudad de México. Pensaba también ¿qué pasa por sus mentes mientras caminan?, relacionando el esfuerzo físico con la fe y el significado de estas largas caminatas.

No es el tema de esta investigación, pero lo menciono por la relación que existe con el sentido del caminar, el peregrinaje y el vínculo con la fe en la vida del ser humano y que sin duda para muchos peregrinos es una ruta con un sentido espiritual. Distinto como ya lo he dicho pues en mi caso llegué aquí corriendo, mi propio encuentro con lo divino estaba aún por suceder y entendía entonces que los caminos de la fe son variados, a veces simplemente nos cruzamos con otros peregrinos.

Al completar esta distancia previa al día de la carrera, se confirma al menos a nivel físico que el cuerpo está preparado y estos doce meses de preparación continúan, ahora disminuyendo las distancias y los tiempos de carrera, dando un descanso al cuerpo y tiempo de reposición para lo que viene: la maratón. Hasta aquí la mayor parte del esfuerzo se ha centrado en lo físico, la parte mental será el reto de los cuarenta y dos kilómetros. La experiencia física ya está en desarrollo, ahora falta integrar cada uno de los sentidos corporales y obviamente los espirituales. Del cansancio tolerable a lo desconocido, de las sensaciones de alegría momentánea a integrar o descubrir lo numinoso.

6. Mi experiencia de la maratón

La incursión en una actividad deportiva va acompañada, la mayoría de las veces de un reto o el sentido de competencia; ya sea en equipo, contra otra persona, o contra uno mismo. Esta es una característica del deporte *versus* la práctica del ejercicio como una actividad lúdica, como revisamos en la introducción de este trabajo de investigación. Mi experiencia en el ejercicio físico ha estado, en la mayoría de las ocasiones, menos relacionada con la competencia y más asociada con el bienestar físico y mental; desde 1986 me he sentido llamado a entender el cuerpo que habito y cómo se mueve, o me permite mover de manera dinámica. En el caso de mi primer maratón en Agosto de 2016 en la Ciudad de México, existía si, una competencia interna donde tenía que vencerme a mí mismo desde un aspecto físico, demostrarme que podía correr cuarenta y dos kilómetros y salir vivo. Inicié en el atletismo con carreras de menor distancia, incluso sólo por diversión o una forma de mantenerme activo, desde los 5 kilómetros hasta ya buscando un ritmo propio y comenzando a monitorear los tiempos de carrera ya en las primeras carreras de 10 kilómetros, y siguiendo en diversas competencias de 15 kilómetros y la precuela de un maratón, una serie de medios maratones (21.5 kilómetros) e incluso *trail running*³⁹⁸. Entonces, el siguiente reto en la lista de todo corredor es “la maratón”, quizás también esa oposición (mía) a la inmovilidad o la condición humana postmoderna “a estar sentados”³⁹⁹, no con un sentido de prisa, sino simplemente como el siguiente escalón para un *runner*. sin saber cómo esta experiencia me trastocaría a un nivel mucho más que físico.

- **42.195 kilómetros de espiritualidad**

El domingo 28 de Agosto, entre la inquietud y el nerviosismo mi cuerpo despertó sintiendo una mezcla de emociones que recorrían mis piernas. No podía sino pensar en 1986 y la silla de ruedas, mi temor a haber perdido movilidad y ahora un esfuerzo físico que descansaba en gran parte en

³⁹⁸ Anglicismo utilizado para definir una carrera a campo traviesa o por senderos de montaña. En el caso de la Ciudad de México, las carreras de *Trail running* se llevan a cabo en la Marquesa, Estado de México. Aquí la exigencia física es mayor para el corredor puesto que, además de las variantes en el terreno, la altimetría implica una mayor capacidad física-pulmonar, en la mayoría de los casos. Fuente: <https://itra.run> Consultado el día 23 de agosto de 2019

³⁹⁹ David Le Breton, *Elogio de caminar* (2000), 8, Editor digital: Titivillus

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

mis extremidades inferiores; entre gratitud y un recuento desde la fe. No había descansado bien la noche anterior de sólo pensar en cómo sería este día y la experiencia. Me desperté a las 4:30 am, desayuné un jugo de cítricos y una rebanada de pan con crema de cacahuete, lo cual me daría suficientes carbohidratos para el inicio de la carrera. Salí caminando de mi casa un par de cuadras con dirección al metro que me llevaría directo al centro de la Ciudad; cual sería mi sorpresa al abordar el vagón a las 5:15 a.m. y encontrarlo repleto de corredores. Cientos de personas que se dirigían al mismo lugar, todos ataviados listos para la competencia, como una extensa comunidad de personas que confluyen en la misma ruta, aunque la meta, o las metas podrían no ser las mismas, tampoco el inicio o la preparación; sólo coincidimos en este momento de encuentro. Y en ese mismo recorrido, el vagón del metro literalmente se vació en la misma estación, casi como una manada que simplemente camina o sigue un mismo rumbo para unirnos a una horda de más de veinte mil almas desconocidas. No intrusos, no enemigos, sino cada uno, un *alienus*⁴⁰⁰, que al igual que yo tenían la intención de vivir esta experiencia. Me encontraba cuestionando esa realidad, así como ese deseo de saber qué era yo en relación a los otros, ¡un mar de personas! ¿cuáles eran las motivaciones de los otros por estar aquí? Constantes interrogantes que se sumarían al itinerario que estaba por iniciar, un sin número de pasos que sin duda harían retumbar las calles de la Ciudad. Pero era claro que no todos los seres humanos congregados allí éramos iguales, idénticos quizás en materia y alma, pero con diferentes conciencias, experiencias e incluso diferentes cuerpos, unos mejor preparados que otros y esto era claro pues la línea inicial se reserva a los corredores profesionales. Los primeros en salir son la élite de este deporte, esas personas que si van por las medallas o incluso por mejorar su tiempo de cronómetro. La altitud de la Ciudad de México es ideal para profesionales que participan sólo como preparación y más adelante figurar en uno de los seis *Majors*, ya sea Paris o Berlín, o New York e imponen nuevos records mundiales. El resto, quizás unos 19,900 iremos cruzando la línea de salida poco a poco.

Siguiendo a la élite están quienes madrugaron y llegaron a un costado de la Alameda Central al menos a las 4:00 am para salir con cierta ventaja dejando detrás a la gran masa que se moverá muy lentamente en los primeros kilómetros. Entre ese número de personas, la salida es lenta, aquí comienza la prueba de paciencia, o la urgencia por querer devorar los primeros kilómetros.

⁴⁰⁰ Siguiendo a Gesché, "el completamente otro". Adolphe Gesché, *El Sentido Dios para pensar VII* (Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016), 53

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

En este segundo grupo están sin duda corredores más experimentados y que intentan alcanzar al grupo élite, al menos los primeros kilómetros pues dejarán al resto muy atrás en un tiempo breve.

No buscaba un lugar especial, mucho menos un grupo, en realidad buscaba ubicarme en un espacio no tan apretado, necesitaba comenzar a hacer algo de ejercicio de calentamiento, así que me ubiqué, no tan lejos de la línea de salida, a unos 400 metros, que en realidad era más cercano a la élite y dejando detrás el conglomerado de *runners* que continuaba sobre la avenida Juárez inundando el Eje Central por varias cuadras, hasta que los últimos participantes se ubicaran muy por detrás, simplemente como sumando un punto más a una inmensa mancha en movimiento. A los 20,000 inscritos, había aún que sumar a los amigos, familiares, incluso vendedores de comida, o como buenos mexicanos, estaban presentes los vendedores de comida típica: “tamales para desayuno”, una opción antes de la salida con una excelente carga de carbohidratos, aunque sin duda no muy recomendable para este evento.

En estos momentos mis sentidos se activaron mucho más, comenzaba a sentir frío por estar allí parado vistiendo un short ligero, un hormigueo que recorría mi cuerpo como empujándolo a comenzar energéticamente. Mi conciencia estaba muy despierta y rondaba la duda o el temor de lograrlo, pero sobresalía el ánimo contagiado por los demás, la alegría y la emoción que emiten los otros en un momento así. Amateurs, profesionales, grupos de amigos, solitarios y para la sorpresa de muchos, corredores con alguna limitación física lo cual es sin duda un reto doble, pero también una inspiración hacia los demás. Personalmente pienso que, si esas personas pueden hacerlo, yo también debería de poder. Correr como agradecimiento a poder sentir desde cada parte de mi cuerpo, agradeciendo la posibilidad de ser y seguir desde una condición diferente. A ellos también se les abre paso, se les ovaciona durante el recorrido y cuando me encuentro en el mismo camino con ellos aunque sea por un muy breve instante, lo reconozco como el otro que me invita desde la capacidad ilimitada del cuerpo, a la posibilidad de estar juntos en este peregrinaje.

El Himno Nacional Mexicano que precede al disparo de salida aviva los sentidos conectando los latidos de todos los seres humanos aquí reunidos, incluso de los extranjeros que atónitos nos observan. Como si hiciera falta un aliciente a la emoción ahora estamos en un estado de

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

celebración y en mi cabeza siguen rondando las preguntas sobre mi presencia en este lugar. Nos reconocemos uno a otro, primero porque nos une la actividad física, después compartimos el sentimiento de una nación que nos ha visto crecer, y aún sin ser enteramente patriotas o nacionalistas, el espíritu entona y afina los corazones que laten con más fuerza y que *ya* quieren dar los primeros pasos.

Mi peregrinaje es acompañado por Laura, una amiga que me inició en el mundo del *running* años atrás y desde entonces corremos para acompañarnos. Para ella este es su segundo maratón, así que tiene al menos una idea más clara de lo que nos espera, y está decidida a que lleguemos a la meta ubicada en el sur de la Ciudad: el Estadio Olímpico de Ciudad Universitaria. Vamos juntos, pero aún así las metas son diferentes para cada quien, pero es grato recorrer el camino con otro, es el inicio del encuentro.

- Las primeras zancadas en busca de respuestas

Desde los inicios de la humanidad, el hombre se ha preguntado por su origen y la pregunta ha estado latente lo largo de su historia: Mi pregunta en esta mañana es también “¿*qué hago aquí?*”, sin saber la trascendencia de esta carrera para mi ser. Mi cuestión sigue aún enfocada en la capacidad física y así, el ensordecedor disparo de salida nos lanza por la Avenida Juárez de manera lenta como en una carrera de obstáculos donde las vallas son humanas. Calentando el cuerpo giramos en Reforma hacia el noroeste. Avanzamos paso a paso, como reconociendo el asfalto y aunque he recorrido esta avenida múltiples ocasiones, comienzo a percatarme del entorno, como si fuera la primera vez que transito por aquí. Ahora se unen esos corredores que llegaron tarde a la salida, o incluso que la omitieron intentando ahorrarse unos metros en el recorrido. De la nada, aparecen corredores que se abren paso entre la multitud intentando alcanzar al grupo de élite. El cuerpo apenas comienza a reconocer el movimiento y los músculos están comenzando a tomar un ritmo de carrera, no hay necesidad de apresurarse y sin embargo su repentina aparición es molesta, interrumpe el camino de manera abrupta y mi presencia para ellos estorba pues soy más lento, como un obstáculo en su urgencia por completar la carrera. Pareciera que no están consientes de que aún no hemos siquiera superado los primeros cinco kilómetros.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Me concentro entonces en mi zancada, intentando mantener el mismo ritmo por los siguientes kilómetros y desacelero lentamente. Ese inicial enfoque en lo físico va integrando lentamente el goce de diversas emociones, ¡estoy corriendo un maratón!, eso ya me ubica en el 1% de personas en el mundo que han participado y finalizado esta competencia a nivel mundial⁴⁰¹.

Desde el inicio del recorrido están los aficionados que hacen una valla al lado de las avenidas; ya sea que estén allí apoyando a un corredor en particular, todos al unísono animan a los *runners* tras su paso con gritos, aplausos, porras y literalmente con lo que pueden. La emoción se comparte y los sentidos corporales despiertan aún más a estos impulsos, alentando al cuerpo, a mi cuerpo. El otro como espectador es un elemento que cobrará mucha más relevancia más adelante en este camino alterno de espiritualidad. En esta distancia, por debajo de los diez kilómetros (que representa menos del veinticinco por ciento del recorrido total) mi cuerpo está familiarizado con las sensaciones, es un lapso familiar a la mente, y continuo activo y despierto, aparentemente no hay novedad o algo que me detenga, la preparación física anterior ha valido la pena, al menos hasta aquí, pero entonces puedo enfocarme en las sensaciones corporales de correr por el puro placer y disfrutar del recorrido de manera sencillas, sin prisa; logro escabullirme del mundanal ruido por unos instantes.

La ola de maratonistas avanza ahora en retorno por avenida Reforma ahora hacia el norte. Nos vigila el Ángel de la Independencia que sostiene una corona de laurel como recompensa, en la antigua Roma y Grecia, a deportistas, guerreros y poetas⁴⁰², pero aún es muy pronto en este camino para recibir esta lauréola. Proseguimos para encontrar a la Diana Cazadora, integrante del panteón de los doce dioses olímpicos, y quien según Homero en la *Ilíada*⁴⁰³, junto a Hermes, rescatan a Ares de las cadenas puestas por los gigantes ctónicos. En algún sentido, Diana nos libera

⁴⁰¹ Fuente, aunque no es científica: <https://mauricioarouesty.com/por-que-correr-un-maraton/> Otra fuente considera la información de corredores en Estados Unidos en 2007, "407, 000 corredores terminaron maratones en los EE. UU. en este año. Con una población de alrededor de 303, 500, 000 que se calcula en aproximadamente un décimo de un porcentaje, o 1 por cada mil. Esta respuesta anterior asume que cada corredor corre un solo maratón. Si los maratonistas promediaron 10 maratones cada uno en 2007, eso sería una centésima parte de un porcentaje que corre maratones. https://spa.bicycle-works.com/qa/what-percentage-of-people-ever-run-marathon_5746087#menu-13 Consulta el día 23 de Agosto de 2019

⁴⁰² <https://simbologiysemiotica.wordpress.com/2016/11/04/la-simbologia-de-la-corona-de-laurel-a-lo-largo-de-la-historia/> Consulta el día 23 de Agosto de 2019

⁴⁰³ Homero, *Ilíada*. (Madrid, 1991/2004)

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

también abriendo el paso, incitando a que como Ares, soltemos las cadenas, esas que nos amarran a la competencia sin sentido, no sólo hoy sino en el mundo contemporáneo, al mero deporte que desconecta cuerpo y mente y por ende, fragmenta al individuo. Pareciera que Hermes, dios viajero de los que cruzan⁴⁰⁴, se une la Diana a nuestro paso y juntos nos convocan a correr con ingenio y con un pensamiento astuto, es decir, intentando dar sentido a cada pisada y cada paso de este camino a Ítaca. Continuo disfrutando el recorrido, no sin dejar de lado el monitoreo de mi cuerpo, de las zancadas que me mantienen en movimiento y en ritmo con los brazos y cada parte de mi cuerpo, los sentidos corporales van configurando la experiencia a través de la movilidad. Intercambio miradas con otros corredores y me nutro del ánimo de los espectadores, mientras que me mantengo hidratado gracias a los puestos de hidratación⁴⁰⁵ que distribuyen agua y bebidas energéticas en porciones pequeñas, apenas para casi arrebatarla de algún voluntario que estira su mano. El hace contacto visual conmigo como sabiendo que necesito un trago de agua y yo, desde la mirada también agradeciendo estiro mi mano, disminuyo mínimamente el paso para tomar la bolsa con agua y continuo, el encuentro por breve que sea, nos nutre y se agradece.

El recorrido está marcado por una línea azul sobre el asfalto, como si no fuera suficiente seguir la oleada de seres humanos, y nos introduce ahora por Ejército Nacional continuando por Av. Presidente Masaryk⁴⁰⁶ donde los *runners* somos brevemente distraídos por los así llamados “puntos emblemáticos de la Ciudad”. Ingresamos a un pasaje de modernidad líquida y consumista

⁴⁰⁴ <http://www.maicar.com/GML/Hermes.html> Consultado el día 23 de Agosto de 2019

⁴⁰⁵ Un puesto de hidratación consta de una mesa donde se colocan vasitos con agua previamente llenados, bebidas energéticas, tipo *Gatorade*, o agua en bolsa, mismas que son distribuidas por voluntarios de la carrera. Dependiendo de la distancia, pueden estar distribuidos a lo largo de la ruta cada 3 o 4 kilómetros. La hidratación es un elemento básico durante la carrera ya que, el cuerpo puede deshidratarse muy rápido debido al esfuerzo físico. Más información sobre la importancia de la hidratación y los puestos: <https://www.vitonica.com/carrera/el-arte-de-beber-mientras-estas-corriendo-las-claves-para-que-tu-estrategia-de-hidratacion-sea-un-exito> y <https://mvsnoticias.com/noticias/capital/maraton-de-la-cdmx-contara-con-puestos-de-hidratacion-y-medicos-gcdmx-166/> y <https://crownsportnutrition.com/es/como-y-cuando-hidratarse-en-un-maraton/>

Consulta el día 25 de Agosto de 2019. Además de agua y bebidas isotónicas, existen otras formas de hidratación, como geles y gomitas, que son suplementos energéticos y de hidratación. <https://2142runners.com/gel-gomitas-energeticas-analisis-nutricional/>

⁴⁰⁶ Irónicamente, antes de la Primera Guerra Mundial, Tomáš Garrigue Masaryk publicó una serie de voluminosas obras en las que analizaba los problemas clave de su época. Como demócrata liberal criticaba enérgicamente el consumismo, y ahora esta avenida que lleva su nombre, es la Avenida más cara y exclusiva de América Latina, donde se ubican prestigiosas boutiques de la ciudad, además de muchos de los más prestigiosos y caros restaurantes del país; sólo es comparada con Rodeo Drive, en California, Estados Unidos.

<http://www.explorandomexico.com.mx/about-mexico/11/63/> y

<https://www.elfinanciero.com.mx/economia/masaryk-la-tercera-avenida-mas-cara-en-america-latina>

Consulta el día 23 de Agosto de 2019

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

donde el individuo lucha por reintegrarse y concentrarse en la carrera, podríamos bien detenernos y hacer *shopping*, lo cual sin duda nos distraería por completo de la meta, qué decir de la vida en sí y de perdernos del recorrido que por sí sólo deberíamos de disfrutar. La distracción, los afanes de este mundo, son parte de la cotidianidad actual, como esta carrera, pero lo importante es no quedarse atrapado pues aún no llegamos ni a la mitad del recorrido y entonces hay que retomar fuerzas y continuar sin precipitarnos o perdernos en el camino.

Casi ya a la mitad del recorrido, a punto de llegar a los veintiún kilómetros, el Bosque de Chapultepec nos recibe y la conciencia de la vida se deja abrazar. En este momento ya es una travesía por el silencio interno que me envuelve. Como Camus caminando por las ruinas del *Djémila*; “entre gritos de pájaros, el pisotear de las carbas y otros ruidos que formaban el silencio”⁴⁰⁷; así yo entre los pájaros del bosque, el ruido de los autos a lo lejos y el pisotear de cientos de corredores que caen sobre el asfalto de manera discordante. Yo sencillamente sólo respiro. Es un bálsamo a los sentidos, cuyo aroma refresca también las energías. Este peregrinaje va significando algo más que un simple esfuerzo físico, comienza una mutación hacia la gratitud y continuo en un estado de meditación o simplemente de bienestar. Laura que corre a mi lado me encuentra sólo con la mirada y me dice “vamos bien”, pero también me pregunta “¿cómo te sientes?”, y concluye con un “ánimo, ánimo...”. Ella es *ese otro* que me está ayudando a liberarme desde esta práctica física, pero que también me acepta como soy y viceversa. No hay prisa, corremos respirando el aroma del bosque que ya ha transformado nuestra realidad.

- El otro y la senda estrecha

Salimos de Chapultepec, como recién refrescados y con el ánimo renovado, lo noto a nivel personal, pero otros corredores que retoman el paso lo muestran en su expresión, incluso algunos sonrían, nos hemos sumergido momentáneamente en un oasis. Nos reincorporamos a la Avenida Reforma para ingresar a la colonia Juárez y continuar por la Condesa. El conglomerado de *runners* ya se ha disipado y ahora nos ubicamos en diversos grupos de corredores, los expertos nos dejaron atrás hace ya un buen rato y seguro que ya están en los últimos kilómetros, los que tiene menos

⁴⁰⁷ Albert Camus, *Ensayos “Regreso a Tipasa”* (Madrid: Aguilar, 1981)

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

experiencia han quedado atrás. Es la mitad de la ruta, pero un medio maratón es ya en sí un esfuerzo físico no apto para muchos así que el grupo de rezago va disminuyendo el paso.

Me anima saber que voy en el medio, ni hasta adelante porque no voy por un record, ni tan atrás donde estaría exigiendo demasiado a mi cuerpo. Corro mientras vivo mi cuerpo y continuo hacia el encuentro. Coincido en *el aquí* con muchos otros seres humanos, el contacto físico es inminente pues la ruta en esta parte va por calles más estrechas y hace que el recorrido sea con pasos más cortos; en *el ahora*, porque coincidimos con el mismo ritmo de carrera. Esta es una zona donde hay más viviendas de tipo familiar y por ende, más personas conforman la valla humana para animar a los deportistas y alguno que otro peregrino. Además del apoyo moral, la calle se ha convertido en un pasillo de mercado, la verbena continúa y los espectadores ahora nos ofrecen cualquier cantidad de comida alta en azúcares o carbohidratos que bien le caen al cuerpo. Gomitas de azúcar, cucharas con miel, mantequilla de cacahuete, rebanadas de plátano, hasta vasos con refresco y la variedad sigue por las serpenteantes calles de esta colonia. Los más animados son los niños que estiran sus brazos para darte algo, *para tocarte*, para apoyarte; en sus rostros puedes ver que la emoción se comparte, pero también la duda de porqué corremos, especialmente cuando aparecen esos corredores cuya expresión dice claramente que no pueden más.

Además del número de corredor que llevo impreso sobre la playera, está también mi nombre bajo el número, pretexto de los espectadores para conectarse conmigo. “¡Animo David!, ya falta poco (casi irónico...)”. Volteo con sorpresa y asombro esperando ver un rostro conocido, pero no, es simplemente otro que, me busca, me anima y me regala una palabra de ánimo desde una mirada muy sincera. Es trascendental en tanto que esas palabras de ánimo van directo a mi espíritu. Ya no estoy corriendo tras esa meta de vencerme a mi mismo en la parte física, hay una conexión ahora mucho más humana, la denominaría espiritual donde mi mente y cuerpo sienten y agradecen al otro, pero también a mi mismo por regalarme esta experiencia. Es encuentro que transforma porque me hace vibrar de una manera que no conocía y porque comienzo a comprenderme de una manera distinta, integrando cada una de las emociones que este camino me regala. Si corriera de otra manera, regreso al ámbito de la competencia, donde el peligro es la desintegración de estos sentidos, no que sea algo negativo, pero si más común en el mundo

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

contemporáneo, incluso en una modernidad líquida donde este recorrido sería una serie de emociones o sentimientos que fluyen hacia ningún lado, mucho menos hacia el interior de la persona.

Hay que pasar por esta senda estrecha que es parte de este maratón, pero sobre todo, es parte de la experiencia de la vida que de una u otra manera me está enfrentando conmigo mismo y me lleva hacia esa búsqueda interior; no es una carrera perfecta, como tampoco la condición humana lo es, sino intento integrar los desperfectos en el camino y no tropezar, los inevitables roces con otros corredores que hacen que disminuya el ritmo, esos encuentros abruptos que, como ruido, me distraen, así que intento recuperar la concentración y sobre todo el gozo de la experiencia.

Salimos de este embudo habitacional para dirigirnos hacia el sur de la Ciudad incorporándonos a la Avenida Insurgentes y mi primer pensamiento seguido de un respiro es “*casi llegamos*”, como que el camino ahora fuera mucho más ancho y hay más libertad para correr, claro, el peligro también está en seguir esa senda ancha, lo conocido y por ende, la pérdida del sentido original y todo lo ya ganado en relación a esta experiencia personal. Restan unos diez o doce kilómetros y ciento noventa y cinco metros para ser exactos, pero la avenida se convierte en una recta infinita. Muy a lo lejos imagino el Estadio de Ciudad Universitaria y sonrío, pero estamos a la altura del Viaducto así que es imposible divisarla, más bien el horizonte cierra la calle en una línea muy profunda.

Sobre la avenida un enorme signo nos indica que estamos en el kilómetro 35 y volteo a ver a Laura y le digo con una sonrisa, “nos faltan un poco más de cinco kilómetros, ¡ya llegamos!”. Ella sonrío, baja la mirada y me dice, “pase lo que pase, no te detengas y sigue...”. Estas palabras me dan la bienvenida a “el muro”⁴⁰⁸, trayecto definido así entre los *runners* por asemejarse a una pared

⁴⁰⁸ El muro de la maratón aparece cuando se llevan completados dos tercios de carrera por varias razones. La principal es la bajada de los niveles de nutrientes que permiten al cuerpo rendir en el maratón. El glucógeno empieza a escasear en los kilómetros del muro si no se ha dosificado adecuadamente a lo largo de la carrera y si no se han repuesto debidamente los hidratos de carbono, ya sea con geles o con bebidas isotónicas. La fatiga muscular es la segunda gran causa que hace que los últimos 12 kilómetros del maratón sean aparentemente insalvables. Los expertos en maratones recomiendan trabajar adecuadamente la fuerza mecánica de las piernas para asegurar la adecuada densidad muscular, aquella que permita correr los 42 kilómetros sin desfallecimientos de los miembros inferiores. Además de esas dos razones fisiológicas hay una tercera aún más importante, la motivación psicológica. Cuando empieza a aparecer la frustración, bajan los niveles de dopamina en el cuerpo y completar la carrera puede ser imposible si el cansancio mental es superior al físico. Hay quienes incluso aseguran que es posible superar el muro del kilómetro 30 únicamente

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

ficticia que literalmente frena de golpe a muchos corredores; una baja de energía que sucede al cuerpo físico en esta etapa de la carrera. En mi caso casi puedo ver, literalmente un obstáculo que intenta derrotarme y que se interpone en mi camino modificando por completo el panorama de la maratón para mi, la experiencia está en transición. Mi cuerpo comienza de pronto a dar señales de agotamiento físico y comienzo a experimentar dolores en partes del cuerpo, que podría decir que antes no reconocía, un estiramiento en los costados de mi pecho, por debajo de los brazos comienza a hacer mella, quizás del braceo constante. He sudado demasiado y mi playera, supuestamente de material ligero ahora pesa, sudo por cada poro de mi cuerpo y el sol matutino comienza a mostrarse un poco molesto en mi cuerpo. Mi oídos ahora comienzan a sentirse perturbados y confundidos por los sonidos que antes era parte del silencio.

- Los sentidos se confunden

Continúo corriendo y momentáneamente comienzo a contar los kilómetros, un error en mi recorrido como peregrino, así que intento no fijarme en ello. Mis piernas comienzan a recordarme que soy finito y el dolor comienza a hacerse más latente, ahora me acompaña. Mi ser vulnerable me regresa a la pregunta de origen, pero ahora con un sentido muy diferente; *“¿Qué hago aquí?, ¿disfruto de este dolor físico?, podría parar y abandonar esto, puedo hacerlo si quiero”*. Este diálogo interno y las preguntas que se ubican principalmente en mi capacidad física son ahora una cuestión de trascendencia, *“¿Qué hago en este aquí y ahora que me expone?, desde lo físico, pero que me revela sensaciones no conocidas por mi hasta este momento”*. Conozco el dolor físico si, pero esto es distinto, ahora mi cuerpo está completamente bañado en sudor. Puedo sentir como nunca antes, un efecto salino en mi frente y mejillas, puedo degustar la sal que invade mi rostro y ello amarga la sensación corporal. Esa sal, que se ocupaba en la antigüedad para preservar los alimentos⁴⁰⁹ y que Jesús toma como ejemplo en el Sermón del Monte (Mateo 5)⁴¹⁰ para animar a sus oyentes y discípulos, a sazonar el mundo, tiene el efecto contrario en mi cuerpo en este

con control mental. <https://www.triatloners.com/maraton-que-es-el-famoso-muro-del-km-30/> Consulta el día 25 de Agosto de 2019

⁴⁰⁹ <https://www.institutodelasal.com/es/sobre-la-sal/historia-de-la-sal> Consulta el día 25 de Agosto de 2019

⁴¹⁰ “...Vosotros sois la sal de la tierra; pero si la sal se desvaneciere, ¿con qué será salada? No sirve más para nada, sino para ser echada fuera y hollada por los hombres” Mateo 5:13

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

momento, el dolor y estas sensaciones me revelan ese encuentro interior, como una sensación de regeneración e intento no pasarlo desapercibido, sino en este recorrido vivirlo como parte de la experiencia, aunque no grato, pero si desde la realidad presente.

Es un sabor amargo que ha despertado, no sólo el gusto, sino el tacto al sentir mi piel rasposa, pero también el olfato alertado por la transpiración de todo mi cuerpo. El aroma fresco del bosque se ha disipado; la sensación grata de compañía de los otros corredores ha ido a pasos más aprisa (aparentemente) y ahora me siento sólo, abandonado a mi propia suerte, desfallecido. Pero desde el dolor y malestar físico continuo como un peregrino que reconoce las ampollas en los pies y la incomodidad del camino, que pareciese aumentar ya que cualquier desperfecto en el asfalto se siente al doble. Percibo la Avenida Insurgentes como una subida infinita y los mínimos grados de inclinación incrementan la dificultad del recorrido. Dispuesto a no abandonar el camino desacelero buscando mantener el ritmo, respiro y sigo paso a paso.

Ahora me dejo acompañar de *otros* que antes no habían estado en la ruta, el dolor le da la bienvenida al enojo interno que aparece en el kilómetro treinta y seis. Preferiría poder continuar los siguientes kilómetros completamente solo, pero me doy cuenta de que eso es imposible. Esta compañía se conjuga en un sufrimiento personal e intento experimentarlo como un lugar de encuentro con lo divino, porque es ese despertador existencial a esa dimensión más profunda de mi, ese encuentro interno, y de toda la realidad donde esto que experimento sea apertura al Misterio y pueda seguir sumergido en la libertad y no de manera opuesta donde me hunda en la desesperación y regrese a contar kilómetros y con ello un sentido de ansiedad sólo por terminar. Desde una condición humana y pensando en Panikkar, el sufrimiento es “la sensibilidad cósmica con la que participamos con el universo”⁴¹¹.

Sigo avanzando y mis piernas retoman el ritmo en medio de dolor que no sede, entonces descubro *al otro*, que en ocasiones transforma de manera perturbadora durante el encuentro y ahora me desaprofia. Esos animadores que han estado presentes desde la salida y que en kilómetros atrás su presencia era positiva y reavivaron mi espíritu, ahora gritan de manera distinta y

⁴¹¹ Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 134

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

definitivamente me incomodan. “Animo David”, lo escucho ahora como una intrusión personal porque no estoy seguro que ellos sepan cómo me siento y que quisiera simplemente abandonar este recorrido. El encuentro tiene muchas facetas y ahora es ese *alien* en el camino o un intruso que modifica mi ser, me cuestiona y no queda más que abrirme desde mi fragilidad y relacionarme con esas intervenciones desde mi dolor, el trayecto recorrido, las sensaciones que compartimos y entonces de pronto reconocirme con los otros como peregrinos en la misma senda en el presente. Incluso con los que no corren, pero que están allí y simplemente no puedo sacarlos del camino. Aquellos momentos que corría sólo, o al menos así lo experimentaba entre veinte mil seres humanos han quedado atrás, ahora me ubico de manera presente como parte de este mundo compartiendo una historia. No hacen falta palabras para comunicarnos unos a otros, animarnos, reflejar el agotamiento corporal que sentimos, incluso puedo percibir y casi oler el sudor de los demás *runners* y estoy seguro que ellos también. Los que tienen más fuerzas, configuran palabras de ánimo y cuando de pronto aparece un corredor mas agotado que el resto, entre aplausos, palmadas y gritos, es que entre todos nos unimos y literalmente lo jalamos para seguir, estamos conectados en cada pisada y la sensación de cansancio nos une.

En este momento de la carrera es cuando esta realidad autocomunicativa me rebasa y me muestro de manera verdadera, frágil y en completa apertura al que me hace ser. El maratón es ahora un itinerario completamente diferente. No son cuarenta y dos kilómetros, no es la maratón de la Ciudad de México, es un transitar que está desvelando todas las posibilidades de mi yo. Primero porque *el otro* me acepta como soy y como estoy: con mi enojo y mi sudor, mi paso lento y mi fragilidad y aún así me anima a continuar y sonrío. Porque sigo siendo yo que quiere ser libre y me encuentro consciente de que esta vida es mía, y por ende, tengo que vivirla, es decir, seguir corriendo (literalmente) sobre Insurgentes para completar esta carrera, pero sobre todo para desvelar el sentido último de este momento.

Laura ha estado todo este tiempo en una relación activa que me mantiene en el presente y me recuerda que tenemos que seguir, no por obligación sino porque es un camino que nos hemos fijado y en un sentido es una meta por completar. El cansancio no puede vencerme sino que tiene que ser integrado como una sensación más al todo que es el cuerpo; cada zancada que es diferente a la anterior y que, junto con cada gota de sudor han valido la pena, como cada brazada

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

que ha sumado al impulso, y porque no, cada incomodidad física que es sin duda parte de esta experiencia de vida.

En un momento de esa recta infinita, mis piernas han dejado de responder y me detengo momentáneamente en un puesto médico para pedir ayuda. “No siento mis piernas, especialmente la parte superior, simplemente no están...”, le digo a un paramédico y me mira a los ojos haciendo un rápido chequeo de mis signos vitales. Sus manos toman mi rostro y sonrío de manera empática. Siento ese contacto como un alivio de este otro que no conozco y que tampoco me conoce, pero que está dispuesto a ayudarme. Me dice que estoy cansado, pero que seguramente puedo seguir, pues ahora sí falta poco y me frota alguna pomada para reanimar los músculos y de inmediato un hormigueo de frescura recorre mis extremidades inferiores y activa todos mis sentidos, es un aroma fresco que intenta combatir el sabor salino que mi cuerpo experimenta y me siento revitalizado. Le doy las gracias y me dice que siga, que no me detenga, como si supiera cómo me siento. Me he detenido, pero no para evadir, sino para hacerme muy consciente de dónde estoy y reconocer cada sensación que estoy experimentando teniendo presente también la sensación de respeto hacia la experiencia misma que me complementa. Laura que va unos metros más adelante al percatarse de que no sigo a su lado me busca y retrocede. Aunque el peregrinaje es individual, ambos sabemos que este camino lo estamos recorriendo juntos, yo hubiera hecho exactamente lo mismo porque estoy consciente de esta relación viviente entre nosotros como personas. Me mira fijamente para decir: “No te detengas, vamos a terminar juntos, porque comenzamos juntos, no te voy a dejar aquí, así que sigue”. Es un tono imperante, pero también de cuidado, igualmente necesario para despertarme, despabilarme, para no retroceder a Masaryk y quedarme atrapado en un mundo líquido o adormecido donde sería más sencillo simplemente detenerme. Para no dejarme vencer y con ello simplemente extraviarme, al fin que es claro y lo reitero, que no voy por una medalla, sino porque es un recorrido que comencé en 1986 y estoy a unos pasos de un encuentro muy sanador, obvio que aún no lo sé, pero comienzo a sentirme en sintonía con el Otro porque lo reconozco desde el inicio de este camino hacia la trascendencia y la integralidad de mi persona.

Entre los *runners* se dice que, “es un error detenerse”, que es preferible caminar lento a hacer un alto total porque el cuerpo pierde el ritmo, pero para mi es demasiado tarde porque me he

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

detenido. Así que ahora el retomar el paso debe de iniciar en mi interior, buscar ese impulso en mi ser que me despierte, así como al profeta Samuel intentando escuchar esa voz reconociendo que venía desde dentro. Intento acallar el ruido, para hacer caso a esa voz interior y desde esta experiencia que no concuerda con lo que habitualmente llamaría Dios o desde un contexto religioso, pero me encuentro en un momento crucial: seguir o detenerme. Un momento muy auténtico de pavor por pensar que no puedo seguir, combinado con una sensación ligada a mi ser espiritual porque la fuerza que necesito ya no está en mis capacidades físicas, y aún así, mi cuerpo está muy despierto. Me encuentro verdaderamente acogido por lo divino y ello me llena de energía e inspiración; es esta experiencia no-sensorial y no-racional, definitivamente fascinante; como el silencio en el desierto y esa Presencia apacible. Panikkar lo describiría como “la práctica de la Presencia de Dios”⁴¹².

A mis piernas les cuesta trabajo retomar el paso, pareciera que están pegadas al asfalto, así que camino por unos metros, agacho la mirada y mis ojos se concentran en mis pies. Traigo un par de tenis que fueron un regalo, de *ese otro* que también me estaba equipando para este viaje, para este camino a Ítaca así que pensarle me reanima. Luis, mi hermano que ha caminado por mucho tiempo en la vida conmigo se hace presente en este recuerdo, casi lo puedo tocar a mi lado y como animándome con su sonrisa, sin una palabra. Ahora, además del enojo, el cansancio, me acompañan también estos otros que me han interpelado desde mucho antes del inicio de esta carrera: Luis, Laura, Vero Quevedo mi maestra de yoga, corredora que también da zancadas desde su espiritualidad, y los demás *runners* que de una u otra manera están en el mismo camino, en esta vida ¡Y yo creía que iba sólo, ligero de equipaje!, y así es pero voy acompañado *en relación* y eso definitivamente aligera el camino.

Cabizbajo continuo pero dejo de mirar la interminable Avenida de los Insurgentes y eso tiene un efecto vivificante, porque he dejado de pensar en la meta, en la llegada (en Ciudad Universitaria), como si sólo eso fuera el fin último y entonces el ritmo del corazón reanima mis piernas (aunque literalmente sigo sin sentir las), mis brazos y cada uno de mis sentidos. Me concentro en el momento presente, me ubico en el aquí. No estoy muy seguro de cuántos kilómetros quedan, pero estoy completamente consciente de que los cuarenta y dos kilómetros no son más *la meta*

⁴¹² Raimon Panikkar, *Iconos del misterio, la experiencia de Dios* (Barcelona: Ediciones Península, 2001), 154

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

a seguir. Por supuesto que quiero terminar la maratón, pero ya no siguiendo metafóricamente sobre Insurgentes, porque ya no hay lugar a donde llegar y sólo cuenta el presente para vivirlo como real. Como acota Panikkar, “el sentido de la vida no depende de lo que haya alcanzado al final, de igual forma que el sentido de una sinfonía no se encuentra únicamente en su final. Mi vida (esta carrera donde me encuentro) no quedará incompleta aunque no haya llegado o haya sufrido un accidente (o te hayas detenido por unos instantes) mientras hacías el camino”⁴¹³. Cito a Panikkar, especialmente esta cita, porque concuerdo en que así esta siendo este maratón y así es la vida, cada nota cuenta en una sinfonía, como cada metro cuenta y se agrega al recorrido de este ejercicio. Mi visión está enfocada entonces en seguir sin contar los kilómetros.

Conclusión del capítulo: El *Mono no aware*, la conciencia lleva la carrera

Con una conciencia despierta y un profundo sentido de realidad aparece entonces una senda alterna a la ruta trazada para la maratón. El sudor sigue presente y empapando mi cuerpo, pero su efecto es distinto porque ha enfatizado mis sentidos y ha dado una sensación auténtica de emoción a cada poro en mi piel, de agotamiento, pero también de vida. Continuo entonces paso a paso y mi mente se centra en la pregunta inicial, “¿qué hago aquí?”, pero la respuesta no es conceptual, sino en el sentido la conciencia última, la experiencia integral de cada paso en esta carrera, que, podría decir en mi caso comenzó en 1986 en una silla de ruedas y continúa aquí a profundidad en cada minuto que trasciende, simplemente regreso a disfrutar el camino.

Los kilómetros transcurren ahora desde una jornada espiritual, mi mente se ha conectado con cada uno de los sentidos corporales, experimento sensaciones que me recuerdan que estoy vivo y me siento aislado del mundanal ruido, se han ido los espectadores. Un grupo de mariachis animan a los *runners* casi al final de la ruta, pero apenas percibo ese bullicio y continuo, bailo al ritmo de mi cuerpo integrado con mi espíritu y mi alma y me estremece una vibrante sensación de plenitud, de sentirme completo y en total paz. Podría quizás no encontrar las palabras para

⁴¹³ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 1318, Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

describir a detalle esos últimos kilómetros, pero retomaría la descripción de Otto en relación a lo numinoso, “una sensación que llega como suave marea que permea la mente con un ánimo tranquilo o de profunda adoración”⁴¹⁴, y entonces descubro esa unión a un nivel más profundo en apertura ilimitada, es decir lo divino se hace presente y siento ese abrazo, el encuentro con lo divino.

Esta sensación o estado meditativo fue el impulso que me llevó hasta Ciudad Universitaria, no recuerdo conscientemente cómo o en qué momento llegué hasta allí pero la sensación estuvo presente casi hasta el final. Entre el bullicio de la gente, Luis, mi hermano y amigo, estaba allí. Y es que cuando nos hemos conectado con el otro, simplemente aparece y es reconocible entre un millar de personas, su ovación me dio entrada a los últimos cuatrocientos metros dentro del estadio universitario y fue ese último empujón de energía que necesitaba para completar los cuarenta y dos kilómetros y los ciento noventa y cinco metros. Estaba entonces despertando de un tranquilo sueño, de un momento profundo de encuentro con lo divino, de esa experiencia de inmersión de interioridad terminando increíblemente relajado y alegre.

La ruta por la ciudad de México se había convertido sin querer en el camino del peregrino y la búsqueda de autorrealización y el esfuerzo para dirigir el espíritu, mi espíritu a un punto de encuentro, con el otro y con lo Divino. Desde la espiritualidad Zen, el estado de concentración y meditación habían posibilitado mi integralidad.

Crucé la meta, alcé los brazos en símbolo de victoria y simplemente agradecí el momento. Esta meta allí perdió un poco de relevancia, pues no era fin de esta carrera, sino parte de la experiencia de la vida que me sucedió en un caluroso domingo del mes de Agosto de 2016.

Continué caminando para salir del estadio y allí recibir la medalla, pero era claro para mi que el triunfo era interno, y esta era sólo una memoria de lo logrado. Por supuesto que estaba feliz y agradecido con mi cuerpo por poder haber concluido satisfactoriamente este esfuerzo. Ese día perdí dos kilos de peso, más o menos 4,700 calorías, lo cual es simplemente un número que refiere al esfuerzo, pero no podría contabilizar de manera racional la experiencia, ni la transformación

⁴¹⁴ Rudolf Otto, *The Idea of Holy* (London: Oxford University Press, 1936), 12

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

lograda. Continúe caminando porque el cuerpo necesita seguir moviéndose, a paso muy lento hasta disminuir lentamente la actividad y allí me encontré ahora sí físicamente con Laura y Luis, el abrazo interno ahora se estaba materializando.

Al día siguiente tuve que viajar por razones de trabajo a Colombia y éste ha sido sin duda el viaje más difícil desde mi cuerpo, desde mi ser. El dolor corporal continuó al menos por una semana y el cansancio me acompañó en cada momento del día, haciéndome consiente de mi cuerpo, de mi finitud, pero sobre todo, de la experiencia. Cada paso que intentaba dar me recordaba de manera muy positiva lo que había vivido y la sensación de bienestar, de sentirme completo, íntegro. El dolor (físico) se tornó en una sensación de despertar de mi conciencia que recorría mi cuerpo mientras que lo limitaba de funciones tan sencillas como subir una escalera. No estoy diciendo que haya sido positivo, o que lo haya disfrutado como penitencia, simplemente lo estaba viviendo de una manera diferente, como una forma de ser desde el dolor. Me sabía acompañado y satisfecho de haberme encontrado, a un nivel muy profundo desde la maratón, con otras personas, conmigo y con lo Divino.

La práctica del ejercicio para mi ha sido ese catalizador para disipar el humor angustioso, a calmar la tensión nerviosa; ha sido esa vía para el encuentro y respetar sus caminos y sus ritmos, a sonreír cuando descubro la carga de mis limitaciones físicas, pero sobre todo a encontrarme con otros y con lo divino desde esta actividad. Ryan define el ejercicio físico como “un buen amigo que contribuye a nuestro desarrollo espiritual”⁴¹⁵.

Hoy puedo decir que intento vivir la tempiternidad no como momentos que duran siempre, sino como momentos que en su propia temporalidad están llenos de eternidad. A veces son momentos ordinarios, como una carrera de cuarenta y dos kilómetros y que para muchos no representarían un ejercicio de espiritualidad, pero desde mi experiencia están llenos de una conciencia de irrepitibilidad.

⁴¹⁵ Agrega además que, “las cualidades humanas que sirven de base a las actividades atléticas son las mismas en que se apoyan las actividades de la vida espiritual. Disciplina, dedicación, entusiasmo y perseverancia son algunas de esas cualidades humanas que se evidencian en el deporte. Thomas Ryan, “Hacia una espiritualidad del deporte”, *Concilium, Revista Internacional de Teología*, 225, 1989, 280

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Es como vaciarse de todos los pensamientos, todas las tensiones y todo el cansancio acumulado en los intensos meses de preparación, o la duración de la carrera del maratón. Ahora sé que lo había hecho todo en función de este momento y podría repetirlo sin duda alguna.

CONCLUSIÓN GENERAL: La meta no es el fin

En este tercer capítulo narramos la experiencia integral desde la espiritualidad que contempla al sujeto, es decir, los sentidos integrados al individuo, desde donde es posible, *ver, escuchar, tocar, oler y degustar a Dios*; describimos el dolor como esa sensación corporal que puede ser tan inexplicable que nos acerca al mismo misterio divino, como diría Panikkar.

El enfoque del mensaje divino, siguiendo con las experiencias Bíblicas, se ha centrado en el contenido dejando de lado la experiencia desde la constitución cognitiva del ser humano, como el recipiente de la misma, aunque en culturas Orientales, aún se conserva una mayor importancia a la sensorialidad. Como también anotamos, las doctrinas que aparecen en Sutras budistas, describe veintidós sentidos incluyendo el sentido del placer, el de satisfacción, el de ecuanimidad, de fe, de fuerza, memoria, etcétera. Y en esta narración sin duda que describimos el sentido del placer y satisfacción.

Cómo el último eslabón en la integralidad del sujeto, los sentidos espirituales se hicieron esenciales cuando el individuo busca encontrarse y encontrar a Dios en experiencias cotidianas y no desde prácticas ortodoxas (desde la religión), quien por su naturaleza permanece más allá de la simple aprehensión de los sentidos corporales, pero entonces desde la carrera podemos hacernos *los contradizos*, como dice Panikkar.

Reafirmamos la concepción de Michel Serres sobre los sentidos como “la fuente del conocimiento”⁴¹⁶ para la persona, pues es desde el cuerpo que la realidad acontece, es decir, la experiencia de la que somos conscientes y que se manifiesta (en nosotros). Panikkar lo complementa o define como una *triple experiencia*, desde donde el hombre entra en contacto con la realidad, “cual tres ventanas que nos abren al mundo, no solo exterior sino también interior”⁴¹⁷, el corporal (o material), el mental (o intelectual) y el espiritual (o divino).

⁴¹⁶ Michel Serres, Michel, *Los cinco sentidos, Ciencia, poesía y filosofía del cuerpo*, trad. María Celia Gómez B (México: Taurus, 2002), citado en: Brenda Mariana Méndez Gallardo, “Genealogía epistémica del cuerpo”, *Revista de Filosofía, Universidad Iberoamericana*, 2003, 167

⁴¹⁷ Panikkar, Raimon. *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida*. Barcelona: Herder: 2015: posición 5158, edición digital de Kindle

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Esta experiencia de lo divino, es ese toque desde nuestro ser la totalidad del Ser, sentir la entera realidad, dentro y fuera de nosotros, es decir, la integralidad del sujeto contemporáneo desde una espiritualidad que ha tomado un camino alterno, el peregrino que camina, o que corre, sin prisa. Y esta experiencia desde el encuentro, debe de también ser sanadora.

Entonces, la propuesta de una espiritualidad no ortodoxa puede ser experimentada desde la carrera del maratón, esta disciplina que, como ejercicio lúdico no competitivo, es el espacio para *hacernos encontradizos y buscarle*, en el camino del peregrino, lejos del camino de la ortodoxia y a través de cuarenta y dos kilómetros y ciento noventa y cinco metros; porque como ya mencionamos, este espacio es más abundante; porque implica un mayor esfuerzo físico y por ende una sensorialidad activa y porque, no tenemos prisa de llegar a ningún lado.

Correr como un ejercicio de espiritualidad debería de ser la alegría del momento y una forma de acercamiento en el proceso de integralidad del individuo; no hay normas y tampoco hay victorias, “sólo la alegría de vivir en la danza de correr”⁴¹⁸.

Entonces como este trabajado de investigación siguiere, podríamos considerar la práctica del deporte como una vía espiritual de conexión con lo divino, porque, *el maratón como búsqueda espiritual* propone un camino no institucionalizado o con reglas que dejan fuera el aspecto lúdico, incluso analizado también como una forma alternativa de práctica espiritual que integra el cuerpo.

Contrario a la sociedad moderna que nos empuja hacia las máquinas, el deporte, y en este caso, la maratón, nos devuelve a la persona y la comunión: el encuentro. La sociedad moderna fomenta el individualismo, mientras que el juego favorece las relaciones y por tanto facilitaría la integración entre esta disciplina y la vida espiritual, considerando que (la vida espiritual) no consiste en hacernos parte del clérigo, sino en ayudarnos a hacer realidad esa dimensión religiosa que ya está presente en la profundidad de nuestro ser.

⁴¹⁸ Lenk, Hans, *El deporte entre el zen y el yo*, en *Concilium*, “Revista Internacional de Teología”, 225, año XXV. Madrid: Ediciones Cristiandad, 1989: 291

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

La espiritualidad no ortodoxa desde una disciplina deportiva debe de contemplar que, tal como para el peregrino no hay prisa, no hay una siguiente meta, como medallas por coleccionar, lo importante está en avanzar y ser cuidadosos en que éste camino alternativo de ejercicio espiritual no se convierta en lo que Panikkar define como un “consumismo espiritual”⁴¹⁹, es decir, esa competencia ascética que puede deformar de la vida intelectual y la espiritual perdiendo el contacto con la realidad, pero sobre todo, desintegrando al sujeto. Desde una espiritualidad que sana, no hay lugar para el miedo a perder (la carrera) o llegar al último.

Para Panikkar, todo deseo tiende a un *telos* (del griego τέλος, fin, objetivo o propósito), ese objetivo que Aristóteles lo liga a la virtud, el perseguir con una finalidad. Pero este autor lo relaciona con la aspiración que proviene del interior, sin un porqué, es decir, no hay una medalla que perseguir al final de la carrera, tal como afirman hoy día el Zen. “Si corremos sólo por el deseo de llegar, no llegaremos nunca, no gozaremos nunca del presente, (del camino a Itaca), que es la revelación temporal de la eternidad. Si somos caminantes que sólo buscamos la cima, nunca disfrutaremos del camino. *Homo viator* significa hacer camino, y no viajar a toda velocidad por una carretera ya trazada”⁴²⁰. Además, queda siempre la angustia de no llegar a la meta, más desde el mundo contemporáneo y una realidad líquida postmoderna donde el sujeto se enfrenta a “accidentes de tráfico”, por decirlo de una manera relacionada a la movilidad, no sólo del sujeto, sino interior.

En una sociedad contemporánea que *tiene prisa*, y cómo no tenerla en una carrera de 42 kilómetros, y busca la satisfacción inmediata, esta experiencia es también una invitación a recuperar la capacidad de ser pacientes y esperar⁴²¹, de todas maneras no es un ejercicio de

⁴¹⁹ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 2806, Kindle

⁴²⁰ Raimon Panikkar, *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida* (España: Herder Editorial, 2015) 516 y 521, Kindle

⁴²¹ Bauman cita a Laura Potter y su artículo “English patience” publicado en The Guardian, en Noviembre de 2007 “Paciencia Inglesa”. Potter emprendió una ingeniosa exploración de todo tipo de salas de espera con el convencimiento de que encontraría a personas impacientes, contrariadas y enfadadas que maldecirían cada milisegundo perdido y que estarían desesperadas por la necesidad de esperar para resolver el asunto urgente que las hubiera llevado hasta allí. Traducción propia del Inglés. Original:

<https://www.theguardian.com/theobserver/2007/oct/21/features.magazine37> Consulta el día 21 de agosto de 2019. Citado en Zygmunt Bauman, *¿Qué hay de malo en la felicidad?*, “Claves de Razón Práctica, Pensamiento / Política”, Número 189, 2019, 11, <http://www.revistas culturales.com/revistas/15/claves-de-razon-practica/num/189/> Consulta el día 21 de Agosto de 2019

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

competencia, sino de estar presente aquí y ahora. Corro mientras vivo mi cuerpo y continuo hacia el encuentro.

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

Bibliografía

- A. Solignac. *Spiritualité, Dictionnaire de spiritualité*. Paris: Beauchesne, XIV
- Adarme Rodríguez, Sergio Antonio. "Espiritualidad en el deporte", *Cuestiones Teológicas*, Vol. 42, No. 98, 2015
- Agassi, André. *Open*. Barcelona: Duomo Edi, 2014
- Andrade, Bárbara. "¿Cuál dignidad humana? Algunas aclaraciones antropológicas y teológicas". *Revista Iberoamericana de Teología* 2005, (Julio-Diciembre).
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=125221356002>
- *Cuéntanos tu experiencia de Dios*. Salamanca: Secretariado Trinitario, 2001
- *Dios en medio de nosotros, Esbozo de una teología trinitaria y kerygmática*. Salamanca: Secretariado Trinitario, 1999
- Augé Marc. *¿Por qué vivimos?* Barcelona: Gedisa, 2004
- Baum Gregory / Coleman J.A. "Deporte Sociedad y religión", *Concilium, Revista Internacional de Teología*. 225, 1989
- Bauman Zygmunt. *Comunidad*. México: Siglo XXI, 2009
- *El arte de la vida, De la vida como obra de arte*. 2008. Edición digital: diegoan
- "De peregrino a turista, o una breve historia de la identidad", *Cuestiones de Identidad cultural*. Compilado por Stuart Hall y Paul du Gay, Buenos Aires-Madrid: Amorrortu Ediciones, 2003
- *Modernidad líquida*. México: Fondo de Cultura Económica, 2000
- Belda Plans, Juan. *Historia de la Teología*. España: Pelicano, 2010
- Bentley, David. *The experience of God, being, consciousness, bliss*. New Heaven: Yale University Press, 2013
- Berger, Peter L, *Secularization falsified, First Things*, www.firstthings.com
<https://www.firstthings.com/article/2008/02/secularization-falsified>
- Blackburn, Simon. *The Oxford Dictionary of Philosophy*. Oxford: Oxford University Press, (2008)
<https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780199541430.001.0001/acref-9780199541430>

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- Boeri, D. Marcelo. *Epicuro, Sobre el placer y la felicidad*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria, S.A. 1997
- Boff, Leonardo. *Teología de la Liberación: Recepción creativa del Vaticano II a partir de la óptica de los pobres; Desde el lugar del pobre*. España: Ediciones Paulinas, 2000
- Brohm, Jean-Marie. *Sociología política del deporte*. México: Fondo de Cultura Económica, 1982
- Byung-Chul Han. *El aroma del tiempo, un ensayo filosófico sobre el arte de demorarse*. Barcelona: Herder, 2015
- Camus, Albert. *Ensayos "Regreso a Tipasa"*. Madrid: Aguilar, 1981
- Casaldáliga Pedro, Vigil José María. *Espiritualidad de la Liberación*. Santander: Sal Terrae, 1992
- Castillo, José María. *Espiritualidad para insatisfechos*. Madrid: Trotta, 2008
- Coleman, J. A. "El deporte y las contradicciones de la sociedad", *Concilium Revista Internacional de Teología*. 225, 1989
- Coreth, Emerith. *¿Qué es el hombre?*. Barcelona: Herder, 1976
- Choza, Jacinto. *Manual de Antropología Filosófica*. Madrid: Rialp, 1988
- *Antropologías positivas y antropología filosófica*. Navarra: Cénlit Ediciones, 1985
- Chrétien, Jean-Louis. *L'Appel et la Réponse*. Paris: Minuit, 1992
- *De sacra coena adversus Lanfrancum*, 37, ed. de W. Beenkenkamp, Den Haag, 1941
- *De vita canonica*, 11, ed de C. de Clercq, CCM 4, 1966
- Derisi, Octavio N. *La doctrina de la inteligencia de Aristóteles a Santo Tomás, Cursos de cultura católica*. Buenos Aires, Argentina, 1945
- *Dictionnaire de la langue française du IX au XV siècle*, vol. III. Paris, 1884
- Documento de Aparecida, *Texto conclusivo de la V Conferencia General del Episcopado Latinoamericano y el Caribe (CELAM)*. Aparecida, 2007
- Dorje, Tenzin, Commissioner. *Annual Report of the U.S. Commission on International Religious Freedom*.
<https://www.uscirf.gov/sites/default/files/2019USCIRFAnnualReport.pdf>
- Elster, Jon. & Loewenstein George. *The Role of Moral Sentiments in the Theory of Intertemporal Choice*. New York: Choice Over Time, Russell Sage, 1993
- Ende, Michael. *Momo*. España: Alfaragua, 1984

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- Estrada D. Juan Antonio. "La Teología en diálogo con la cultura, la filosofía y las ciencias humanas. Razón y Fe: una relación controvertida", *RIBET* Num. 18 (2014)
- *La Espiritualidad de los laicos*. México: Ediciones Paulinas, 1994
- *Ética* (trad. J. Gaos). México: UNAM, 1983
- F. Mauriac. *Un adolescent d' autrefois*, en *Oeuvres romanesque et théâtrales complètes*. Paris: Gallimard, 1985
- Frankl Viktor E. *El hombre en busca del sentido*. México: Herder, 1999
- *El hombre en busca del sentido último, el análisis existencial y la conciencia espiritual del ser humano*. México: Paidós, 1999
- *La presencia ignorada de Dios*. México: Herder, 1977. Kindle
- Gallimard. *L'être et le néant*. Paris, 1949
- Gavrilyuk Paul, Coakley Sarah. *The Spiritual Senses, Perceiving God in Western Christianity*. Cambridge: Cambridge University Press, 2012
- Gebara, Ivone. *Teología al ritmo de mujer*. Madrid: San Pablo, 1995
- Geffré, C. J. "Desacralización y santificación". *Concilium Revista Internacional de Teología*. 225, 1989
- Gesché, Adolphe. *El Sentido Dios para pensar IV*. Salamanca: Ediciones Sígueme, 2016
- Georges Benko y Ulf Strohmayer (comps.). *Space and Social Theory: Interpreting Modernity and Postmodernity*. Oxford: Blackwell, 1997
- González Ruíz, J.M. "Una espiritualidad para un tiempo de incertidumbre", *Concilium Revista Internacional de Teología*. 225, 1989
- Hadot, Pierre. *Ejercicios Espirituales y Filosofía Antigua*. Madrid: Ediciones Siruela, 2006
- Harari, Yuval Noah. *De animales a Dioses, Breve historia de la humanidad*. México: Debate, 2015
- Haya, Vicente. *Haiku-dô, El haiku como camino espiritual*. Barcelonna: Kairós, 2008
- Heinemann, Klaus. "Deporte Sociedad, Evolución y estado actual de la sociología del deporte". *Concilium Revista Internacional de Teología*. 225, 1989
- Jaspers, Karl. *Filosofía*. Madrid: Rev. de Occidente, 1968
- Le Breton, David. *La Sociología del cuerpo*. España: Siruela, 2018
- *El Sabor del mundo, una antropología de los sentidos*. Buenos Aires: Nuevas visión, 2007

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Nueva visión, 2002
- *Elogio de caminar*. Titivillus, 2000, Editor digital
- Lenk, Hans. *Kleine Philosophie des Gehirns*. Buchges: Darmstadt, 2001
- “El deporte entre el zen y el yo”, *Concilium Revista Internacional de Teología*. 225, 1989
- Losada. *La fe filosófica* (trad. J. Rovira Armengol). Buenos Aires, 1953
- Loyola, S. Ignacio de. *Autobiografía*. España, 1553 - 1555
- *Matrix*. Dir. Lilly Wachowski, Lana Wachowski, Act. Keanu Reeves, Laurence Fishburne, Carrie-Anne Moss y Hugo Weaving. Village Roadshow Pictures, Warner Bros. y Silver Pictures, 1999
- Morin Edgar. *Los siete saberes necesarios para la educación del futuro*. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Francia, 1999
- Melloni, Javier. *Hacia un tiempo de síntesis*. Barcelona: Fragmenta Editorial, 2011
- *The Spiritual Exercises and the spirituality of the east*. Gracewing: Leonmister, 2000
- Mendoza-Alvarez, Carlos. *¿Qué es hoy la dignidad humana? (compilación)*. México: Universidad Iberoamericana, 2015
- Murakami, Haruki. *De qué hablo cuando hablo de correr*. Barcelona: Tusquets, 2010
- Nietzsche, Friedrich. *Así habló Zaratustra: Un libro para todos y para nadie*. México, Tusquets, 2010.
- Norbert Elias, Dunning Eric. *Deporte y Ocio en el proceso de civilización*. México: Fondo de Cultura Económica, 1992
- Ortega y Gasset, José. “Sobre la razón histórica” *Historia como sistema, en Obras Completas, Rev. de Occidente*, 1973
- Ortíz Ocaña, Alexander. *Enfoques y métodos de investigación en las ciencias sociales y humanas*. Bogotá: Ediciones de la U, 2015
- Otto Rudolph. *Ensayos sobre lo numinoso*. Madrid: Trotta, 2009
- *Lo Santo Lo racional y lo irracional en la idea de Dios*. Madrid: Alianza Editorial, 2005

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- Palomino, Rafael. "Laicidad, laicismo, ética pública: presupuestos en la elaboración de políticas para prevenir la radicalización violenta", *Athena Intelligence Journal*, Vol 3, No. 4, 2008. <https://eprints.ucm.es/8220/1/aij-vol3-a19.pdf>
- Panikkar Raimon, Carrara Milena. *Peregrinación al Kailasa y al centro de uno mismo*. Barcelona: Ediciones Luciérnaga, 2018, Kindle
- *Tomo I: Mística y espiritualidad: Vol. 1: Mística, plenitud de Vida*. Herder Editorial 2015, Kindle
- *La Religión, el mundo y el cuerpo*. Barcelona: Herder, 2014
- *Espiritualidad Hindú sanātana dharma*. Barcelona: Kairós, 2004
- *Iconos del misterio, la experiencia de Dios*. Barcelona: Ediciones Península. 2001
- *La intuición cosmoteándrica, las tres dimensiones de la realidad*. Madrid: Trotta, 1999
- *El mundanal silencio, una interpretación del tiempo presente*. Barcelona: Martínez Roca, 1999
- *Culto y secularización*. Madrid: Marova, 1979
- *El Cristo desconocido del hinduismo*. Madrid: Nuevas Fronteras, 1970
- *Prometheus*, Dir. Ridley Scott, Act. Noomi Rapace, Michael Fassbender y Charlize Theron. Twentieth Fox Century, 2012
- Rahner, Karl. *Curso fundamental sobre la fe*. Barcelona: Herder, 1979
- Ricœur, Paul. *El mal, un desafío a la filosofía y la teología*. Buenos Aires: Amorrortu, 2011
- Rúa Penagos, Jonathan Andrés. "Mística y Espiritualidad deportivas". *VIREF Revista de Educación Física*. 2013
- Rubia, Francisco J. *La Conexión divina, la experiencia y la neurobiología*. España: Paidós, 2009
- Salvador Alonso, José Luis, *El Deporte en Occidente: Historia, Cultura, Política y Espacios*, Tomo II, Coruña: Universidad de Coruña, 2006
- Sanabria, José Rubén. *Filosofía del Hombre (Antropología filosófica)*. México: Porrúa, 1987

ESPIRITUALIDAD EN 42.195 KILÓMETROS:

La maratón como experiencia espiritual para la autorrealización del sujeto contemporáneo

- Sands, Robert R. "Running Deep, Speculations of the evolution of running and spirituality in the genus homo". *Journal for the study of religion, nature and culture*. 2010
- Scheler, Max. *Mensch und Geschite, Späte Schriften* (GW,IX). Bern/München, 1979
- *Metafísica de la libertad* (trad. W. Liebling. Buenos Aires: Nova, 1961
- "El puesto del hombre en el cosmos", *Revista de Occidente*. Madrid, 1936
- *Sense8*. Dir. Lilly Wachowski, Lana Wachowski, Act. Aml Ameen, Doona Bae, Jamie Clayton, Tina Desai, Tuppence Middleton, Max Riemelt, Miguel Ángel Silvestre, Brian J. Smith, Alfonso Herrera. 2015, Netflix
- Tolentino Mendoça, José. *Hacia una Espiritualidad de los Sentidos*. Barcelona: Fragmenta Editorial, 2016
- Tomlinson, J. *Globalización y cultura*. México: Oxford, 1999
- Vela Tejada, José y Gracia Artal, Jesús. *Estrabón, Geografía, libros V-VII*. Madrid: Editorial Gredos, 2001
- Ware, Timothy, (Kallistos de Dioclea). *The Orthodox Church: An Introduction to Eastern Christianity*. Oxford: Penguin Books, 1993
- Watts, Alan W. *The Way of Zen*. New York: Pantheon, 1957
- Wertz, S.K. "A program for research and Instruction in the Philosophy of Sport: A Collingwoodian Recommendation", "The Journal of Aesthetic Education". Vol. 36, No. 3. University of Illinois Press, 2002