

PRÁCTICA SEMANAL

Os propongo una reflexión cosmológica distinta para cada día de la semana, hasta la siguiente sesión de Universidad de Vida. En total, habrá 6 (jueves, viernes, sábado, domingo, lunes y martes).

El objetivo es que estas reflexiones nos permitan ir más allá de nuestros pequeños asuntos cotidianos y nos ayuden a desarrollar el pensamiento relativo. Además, con algunas de estas reflexiones, es probable que nuestro Personaje, que se considera el centro del universo, se sienta bastante incomodo: síntoma de que estamos poniendo en cuestión sus rígidas y pesadas estructuras mentales.

JUEVES

Te propongo que des vueltas a esta reflexión: ¿Te has parado a pensar que estás en este mundo (Tierra) por muy poco tiempo? Vivirás a lo sumo 100 años, mientras que la Tierra existe desde hace 4.600 millones de años. Pongamos una imagen que nos permita hacernos una idea de lo que esto representa. Si la distancia de Barcelona a Madrid (620 kilómetros) representa el tiempo de existencia de la Tierra, y estamos en la Plaza Cataluña de Barcelona para dirigirnos a Madrid, nuestra vida representaría a lo sumo, un recorrido andado de veinte metros.

VIERNES

Te recomiendo que veas este breve vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=GeoX98psnek&t=230s>

SÁBADO

Hazte ésta pregunta: ¿crees que de no existir el ser humano, existiría el amor y la inteligencia en el cosmos?

DOMINGO

Te propongo que contemples el cielo por unos minutos, por la noche. Piensa que algunas de las estrellas que ves, ya hace millones de años que se extinguieron, aunque todavía nos sigue llegando la luz que desprendían. Piensa también, que el Sol que ves durante el día, no es el Sol de este momento sino el Sol de hace siete minutos, ya que la luz tarda siete minutos en llegar desde nuestra estrella a la Tierra. Es decir, si el Sol explotara ahora mismo, tardaríamos siete minutos en darnos cuenta. Piensa también que cuando estamos viendo a alguien a quién tenemos enfrente, en realidad estamos viendo a esa persona en el pasado, ya que la luz tarda unas millonésimas de segundo en ser captada por nuestros ojos.

LUNES

Te recomiendo que veas este breve vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=nohSMxZqgfY>

MARTES

Según la ciencia, los átomos de nuestro cuerpo, alguna vez formaron parte de una estrella, que en su momento explotó. Reflexiona sobre esto: No solo existimos en el universo, el universo también existe en nosotros. ¿Quién está dentro de quién? ¿Existe, en realidad, el 'dentro' y el 'fuera'?