

# **El fin de la pobreza existencial**

**15 prácticas para vivir el camino**

**Jan Hurwitch**  
fotografías de Luis Chacón



# **El fin de la pobreza existencial**

**15 prácticas para vivir el camino**

Copyright © 2009 Jan Hurwitch  
Copyright fotografías © 2008 Luis Chacón  
Algunos derechos reservados.


Fundación Ética Visionaria  
San José, Costa Rica

Diseño de Sebastián Pérez  
Compuesto en Optima de Hermann Zapf





[www.creativecommons.org](http://www.creativecommons.org)


Usted es libre de:

 Compartir — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato

Bajo las siguientes condiciones:

 **Atribución.** Usted debe reconocer la autoría de la obra de la manera especificada por el autor o licenciante (pero no de una manera que sugiera que tiene el apoyo de ellos para el uso que usted está haciendo de ella).

 **No Comercial.** Usted no puede hacer uso del material con fines comerciales.

 **Sin Obra Derivada.** Usted no puede alterar, transformar o crear a partir de esta obra.

Usted debe hacer evidentes los términos de la licencia de esta obra cada vez que la re-utilice o distribuya. Cualquiera de las condiciones de esta licencia puede ser modificadas con el permiso de quien detenta los derechos de autor. Ninguna parte de esta licencia afecta o restringe los derechos morales del autor.

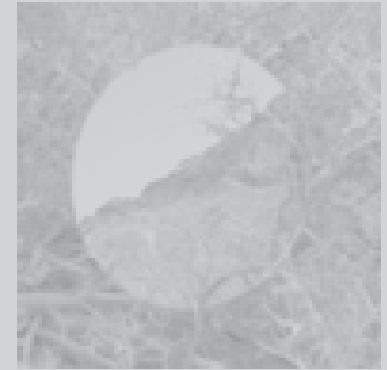
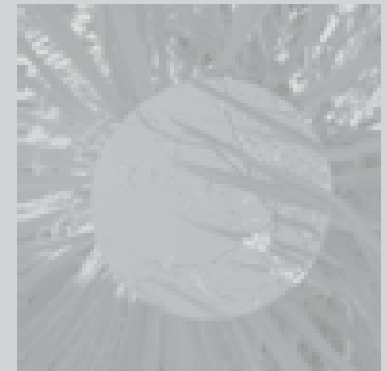
**Para mi hija Sara,  
mis sobrinas Julia y Amanda  
y para mi sobrinanieta Eli Rosa Hurtado...  
¡bienvenida con amor!**

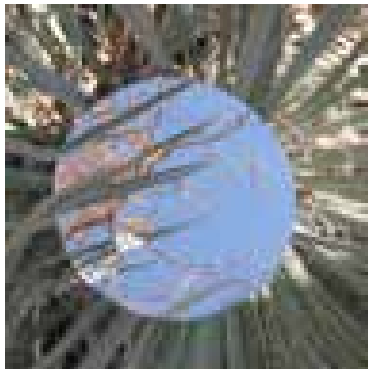
# **El fin de la pobreza existencial**

**15 prácticas para vivir el camino**

**Jan Hurwitch**

**fotografías de Luis Chacón**





## Contenido

Prefacio .....	7
Prólogo.....	9
Introducción.....	11
1. Muestra compasión.....	13
2. Se misericordioso .....	19
3. Fomenta la tolerancia y la justicia.....	23
4. Practica el perdón y la bendición.....	27
5. Ama a los pobres ... da ... sirve .....	33
6. Medita ... medita ... medita .....	39
7. Modela la no-violencia .....	43
8. Cambia el tener por el ser .....	47
9. Encuentra el sentido de la vida.....	51
10. Abraza el caos .....	55
11. Celebra la sincronicidad .....	61
12. Conéctate con tu inteligencia espiritual.....	65
13. Dialoga con integridad.....	69
14. Brinda culto a la Tierra .....	77
15. Respeta nuestros derechos humanos .....	83
Conclusión.....	87
Agradecimientos.....	96
La autora: Jan Hurwitch .....	97
El artista: Luis Chacón .....	97
Las fotografías <i>Serie del desierto</i> .....	98
Referencias .....	99
Índice analítico.....	101







## **Prefacio**

Este pequeño libro ha sido escrito para celebrar la grandeza de la humanidad.

Es un recordatorio de la dirección que juntos debemos tomar para alcanzar el cambio que anhelamos.

A veces nos olvidamos que conforme la humanidad evoluciona desarrollamos los instrumentos necesarios, las armas para la paz, que nos permiten conseguir una existencia más iluminada.

Como dice Franz Kafka: “un libro debe ser el hacha que rompa el mar helado que llevamos dentro”.

Tengo la esperanza de que al vivir estas 15 prácticas y dialogar con los grandes pensadores citados en este libro, el viaje sea más fácil, el corazón más liviano y el alma sea una.

Jan Hurwitch  
San José, Costa Rica  
Abril, 2009



## Prólogo

Los maravillosos pensamientos expresados en esta bellísima obra, dan un mensaje de esperanza de que la pobreza no es esencialmente externa, o una condición a la que deban atarse las personas indefinidamente, porque todo es posible para el que cree y esté dispuesto a despertar su fuerza interior, superando las barreras y obstáculos que lo limitan.

Dando es como se recibe y el mensaje de esta bella obra nos despierta profundas motivaciones, de que incursionando en el nosotros, en lo nuestro, en la compasión, la misericordia, la tolerancia y la justicia, es como seremos menos pobres.

El mundo entero necesita seres capaces de perdonarse unos a otros, seres capaces de sentir y darse amor y felicidad entre si, en medio de entornos cada vez más complejos y la profundización de la pobreza humana, generada principalmente por la violencia, el egoísmo y el falso orgullo.

La autora a su vez nos motiva a ir más allá del perdón, poniendo en práctica la bendición de la que habla Jesús, que es una expresión más del amor, aquel amor

que sobrepasa el entendimiento humano, que trasciende hacia lo divino y toca la esencia del otro ser, iluminándolo, dándole vida a través de la misma, porque cuando hay bendición, es porque ha existido el perdón y se ha transcendido al juicio.

El mundo necesita paz y la autora nos lleva a reflexionar que ésta comienza al interior de cada persona y que a través de la oración y meditación podemos despertar nuestro ser interior, ejercitar el ser, más que el tener, practicar la no-violencia, vivir el presente a plenitud y respetar a la naturaleza y a todo ser sensible. En fin, celebrar la sincronía del universo y de todos los seres existentes, bailando al son del amor que nos une, que habita en nosotros, pero que nos empeñamos en alejar cotidianamente y a alejarnos unos de otros.

Recuperar el sano juicio, distinguir mediante la reflexión lo que es justo, de lo que es injusto, y actuar en consecuencia, es un llamado urgente de grandes líderes mundiales, para frenar la pobreza existencial, la destrucción del planeta y la espiral de violencia y muerte que nos atrapa

Finalmente la autora nos llama a vivir los valores y los principios de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, principios de convivencia que si los respetáramos, el mundo gozaría de la paz y la armonía que requiere en esta etapa de su evolución, pero nuevamente la transformación empieza en la conciencia de cada ser humano, el cual, si se precia de serlo, tiene el deber de conocer y practicar en su vida, en función de alcanzar la armonía y la paz social a la cual aspira la humanidad en su conjunto.

Miriam Hirezi y Florentín Meléndez  
El Salvador



## Introducción

Las demandas y, consecuentemente, las necesidades son las mismas o muy similares, no importa en qué parte del mundo estemos.

Creo que a pesar de todo, y en general en el mundo occidental, las necesidades son principalmente espirituales.

En la mayoría de los casos, las necesidades materiales están resueltas, sin embargo, tienen una inmensa pobreza espiritual.

**Madre Teresa de Calcuta**

Esta gran pobreza espiritual es producto de una pandemia mundial llamada pobreza existencial.  
Existe el “yo”, existe el “tú”, pero no existe el “nosotros”.  
Existe lo “mío”, existe lo “tuyo”, pero no existe lo “nuestro”.  
Yo estoy aquí, tú estás allí, pero no estamos juntos.  
Protejo lo mío. Codicio lo tuyo. Destierro la confianza.

Pobreza del alma  
Pobreza del espíritu  
Creador y defensor  
de la pobreza material.



Para curar esta pobreza existencial que aqueja al mundo, proponemos caminar por estos 15 senderos.

## **1. Muestra compasión**

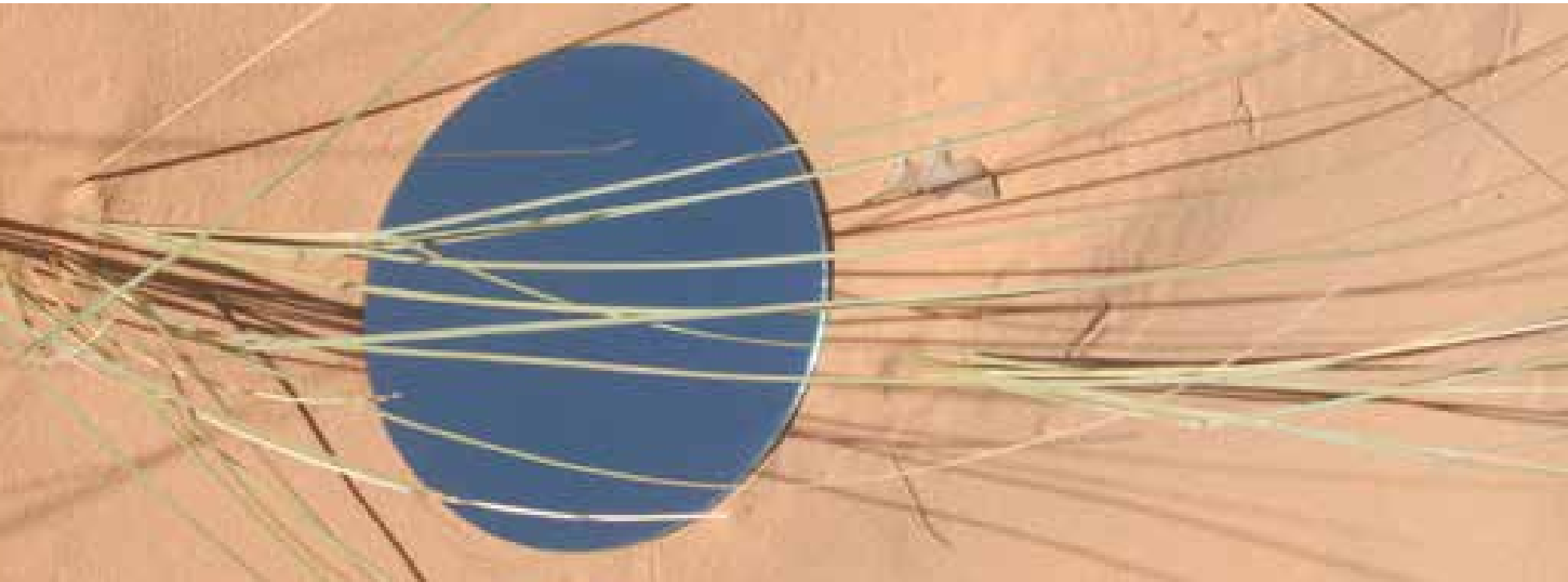




## 1. Muestra compasión

Para el budismo, el más elevado ideal espiritual es el cultivo de la compasión por todos los seres sensibles y la contribución activa a su bienestar en el máximo grado posible.

**Dalai Lama**





**En este contexto, es esencial rescatar la vida sencilla y los valores humanos básicos.**

Fui a los bosques porque  
quería vivir deliberadamente, enfrentar  
sólo los hechos esenciales de la vida,  
y ver si podía aprender  
lo que ella tenía que enseñar,  
no sea que cuando estuviera por morir  
descubriera que no había vivido.

**Henry David Thoreau**



**¿Cuáles son los valores que más admiramos y que más tratamos de fortalecer?**

**El Dalai Lama dice:**

Para que un Bodhisattva domine la práctica de las seis perfecciones (generosidad, disciplina ética, tolerancia, esfuerzo, concentración y sabiduría), es sumamente importante cooperar y ser bondadoso con los demás.

**En el budismo, un Bodhisattva es un ser que dedica su energía a los demás.**



## 2. Se misericordioso



## 2. Se misericordioso

Para que nuestra vida esté llena de amor debemos ser misericordiosos los unos con los otros.  
Debemos cumplir las promesas que nos hacemos.



**Jesús dijo en el Sermón de la Montaña:**

Felices los que tienen alma de pobres,  
porque a ellos les pertenece el reino de los cielos.

Felices los pacientes, porque recibirán la tierra en herencia.

Felices los afligidos, porque serán consolados.

Felices los misericordiosos, porque obtendrán la misericordia.

Felices los que tienen el corazón puro, porque verán a Dios.

Felices los que trabajan por la paz, porque serán llamados hijos de Dios.

Felices los que son perseguidos por practicar la justicia,  
porque a ellos les pertenece el reino de los cielos.

Felices ustedes cuando sean insultados y perseguidos,  
y cuando se los calumnie en toda forma a causa de mí.

Alégrese y regocíjense entonces, porque ustedes tendrán una gran recompensa en el cielo;  
de la misma manera persiguieron a los profetas que los precedieron.

**Mateo 5, 1-12**



### **3. Fomenta la tolerancia y la justicia**





### 3. Fomenta la tolerancia y la justicia

En este nuevo siglo XXI intentemos encontrar la paz a través de actitudes que nos permitan practicar a diario la tolerancia y la justicia.

La paz verdadera no es sólo la ausencia de tensión; es la presencia de la justicia.

**Martin Luther King, Jr.**



## **4. Practica el perdón y la bendición**



#### 4. Practica el perdón y la bendición

Antes sed benignos unos con otros, misericordiosos, perdonándoos unos a otros, como Dios también os perdonó a vosotros en Cristo.

Efesios 4:32



**¿Perdono con facilidad?**

**¿Practico el perdón?**

**El perdón ejercido como una práctica diaria reconstruye nuestra vida, se convierte en un compañero fiel y permite que la sociedad se renueve.**

Debemos desarrollar y mantener la capacidad para perdonar. Aquel que está desprovisto del poder para perdonar, está desprovisto del poder para amar. Existe algún bien en lo peor de nosotros y algún mal en lo mejor de nosotros.

Cuando descubrimos esto, estamos menos propensos a odiar a nuestros enemigos.

**Martin Luther King, Jr.**



Tal vez, el ejemplo de perdón más importante en la historia reciente de la humanidad se dio después de que **Nelson Mandela** asumió la presidencia de Sudáfrica en 1994. La siguiente cita fue la base filosófica sobre la que trabajó la **Comisión de la Verdad y Reconciliación**, dirigida por el obispo anglicano **Desmond Tutu**, Premio Nobel de la Paz:

...estos se pueden abordar ahora sobre la base de que hay una necesidad de entendimiento y no de venganza, una necesidad de reparación pero no de represalia, una necesidad de *ubuntu* y no de victimización. Para poder avanzar en esta reconciliación y reconstrucción, se debe garantizar la amnistía de los actos, omisiones y ofensas asociadas con objetivos políticos y cometidas en el curso de los conflictos del pasado.

Se sugiere que para completar el proceso del perdón, se ponga en práctica la bendición, la cual es un acto impalpable pero a su vez muy poderoso. Así nos lo muestra **Pierre Pradervand**:

El bendecir a todos sin distinción es la esencia del acto de dar porque a los que bendices nunca sabrán de dónde vino ese rayo de sol que atravesó las nubes de su cielo y, probablemente uno no será testigo de esa iluminación en sus vidas ... es imposible bendecir y juzgar al mismo tiempo.

**Ubuntu es un concepto africano que engloba la esencia de ser. Se es persona a través de la relación con los demás. Una persona tiene ubuntu cuando acepta al prójimo, es generoso y tiene compasión.**



## 5. Ama a los pobres ... da ... sirve ...





## **5. Ama a los pobres ... da ... sirve ...**

En el momento de nuestra muerte no seremos juzgados por el número de buenas obras que hayamos hecho o por los títulos que hayamos recibido en nuestra vida. Seremos juzgados por el amor que hayamos puesto en nuestro trabajo.

**Madre Teresa de Calcuta**

Comprométete a ofrecer alegría a una persona en la mañana, y para ayudar a aliviar el dolor de una persona por la tarde.

**Thich Nhat Hanh**

**En eso consiste el verdadero acto de dar.**

**Bill Clinton en su libro *Giving* cuenta la historia de una joven mujer africana que transformó su sufrimiento en servicio:**

La donación del tiempo de Tsepang no tiene precio, no solamente por el trabajo que realiza, sino también por la fuerza de su ejemplo: una persona que decide no hundirse en su desgracia sino que se sobrepone y además ayuda a otros a seguir adelante. En nuestra fundación hay 650 personas de diferentes partes del mundo

trabajando contra el VIH-SIDA. Ninguna de ellas gana mucho dinero. Más de cien, originarias de EEUU, Europa y de los países donde está el programa, han trabajado sin devengar salario alguno, únicamente han recibido transporte, alojamiento y alimentación. Al donar su tiempo han ayudado a salvar innumerables vidas.



**Uno de los mensajes más profundos de  
Martin Luther King es:**

Cada hombre debe decidir si caminará por la luz del altruismo creativo o por la oscuridad del egoísmo destructivo. Este es el valor del líder. En la vida, la más persistente y urgente pregunta es: ¿qué hace usted por los otros?

**Esa es la verdadera práctica del amor.**

**La Madre Teresa de Calcuta en *De la oración a la paz* sintetiza de una bella manera la práctica del amor, del servicio y de la acción de dar:**

El fruto del silencio es la oración  
el fruto de la oración es la fe  
el fruto de la fe es el amor  
el fruto del amor es el servicio  
el fruto del servicio es la paz.





**6. Medita ... medita ... medita ...**



The background is a dark, textured surface, possibly a cave wall or a large rock formation, with a warm, golden light emanating from the top center. A curved line of glowing ovals, in shades of blue and orange, follows the curve of the light source, creating a sense of depth and focus.

## 6. Medita ... medita ... medita ...

Cierra tus ojos  
Contempla la nada  
El vacío  
Siente el cosmos  
Conéctate  
Con la humanidad  
No hay pasado

No hay futuro  
Siente tu respiración  
Saborea tu pasión  
Olvida  
Flota  
Abraza  
La paz

**A través de la meditación se facilita la búsqueda de nuevos niveles de conciencia y se abre el camino para conocer otras dimensiones de nuestro ser. Cito unas líneas de Swami Rama sobre la meditación:**

La meditación te da lo que ninguna otra cosa te puede dar. Te ayuda a conocerte a ti mismo.

**Osho añade:**

Durante una hora, el que practica la meditación debe desaparecer del mundo y meterse en su propio ser. Durante una hora, debe estar tan aislado que nada llegue a él, ni un recuerdo, ni un pensamiento, ni una fantasía. Durante una hora, no debe haber contenido alguno en su conciencia, esto lo rejuvenecerá y lo refrescará. Se liberarán nuevas fuentes de energía en su interior y el hombre regresará a este mundo, rejuvenecido, más fresco, con mayor capacidad de aprendizaje, con más asombro en sus ojos y con más respeto en su interior. De nuevo niño.

## **7. Modela la no-violencia**





## 7. Modela la no-violencia

No sé con cuáles armas pelearán en la Tercera Guerra Mundial, pero en la Cuarta Guerra Mundial usarán palos y piedras.

**Albert Einstein**

**En pensamiento, en palabra y en acción, modelemos la no-violencia.**

**Escuchamos a dos ex-presidentes de Los Estados Unidos de Norteamérica:**

Cada arma que se fabrica, cada barco de guerra botado, cada misil disparado significa en última instancia, un robo a quienes tienen hambre y no comen, a quienes tienen frío y carecen de ropa. Este mundo en armas no está gastando sólo dinero, se está gastando el sudor de sus trabajadores, el genio de sus científicos y las esperanzas de sus hijos.

Esta no es forma de vivir, en absoluto, en ningún sentido auténtico.

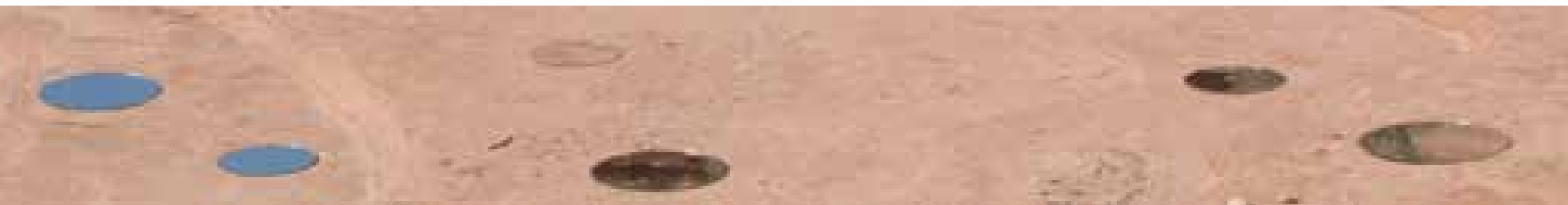
Bajo las nubes de la guerra, la humanidad está colgada en una cruz de hierro.

**Dwight D. Eisenhower**

¿Cuáles son otros de los atributos de un súper poder?

Una vez más, ellos podrían muy bien reflejar aquellos de las personas. Esto podría incluir un compromiso demostrable con la verdad, la justicia, la paz, la humildad, los derechos humanos, la generosidad, y con la defensa de otros valores morales.

**Jimmy Carter**





## 8. Cambia el tener por el ser



## 8. Cambia el tener por el ser

La manera de hacer es ser.

**Lao Tsé**



Evitemos juzgarnos a nosotros mismos y a los demás basándonos en las posesiones materiales o de poder.

Conozcamos el “ser” de los otros y mostremos nuestro “ser”.

Ese “ser” que vive en términos de relaciones con los demás, de amor y solidaridad.

Ese “ser” vive en el presente y acepta la realidad humana.

Ese “ser” que es verdadero para nosotros mismos.

En 1976, **Erich Fromm** precisó algunas de las características del nuevo hombre que él visualizaba en ese entonces:

- Voluntad de abandonar todas las formas de tener para poder *ser*.
- Seguridad, sentido de identidad y confianza basada en la fe de lo que somos, en nuestra necesidad de afinidad, interés, amor, solidaridad con el mundo que nos rodea, en lugar de nuestro deseo de tener, de poseer, de controlar el mundo y convertirnos en el esclavo de nuestras posesiones.
- Aceptar el hecho de que nada ni nadie excepto nosotros mismos le damos sentido a la vida, y que esta independencia radical puede llegar a ser la condición para una actividad dedicada a cuidar y a compartir.
- Estar completamente presente donde quiera que uno esté.
- Que el gozo provenga de dar y compartir, y no de acumular y explotar.
- Amar y respetar la vida en todas sus manifestaciones, estar consciente de que lo sagrado no está en las cosas, ni en el poder, ni en la muerte, sino en la vida y todo lo relacionado con su crecimiento.
- Darnos cuenta de que somos uno con la vida; por consiguiente, abandonar el deseo de conquistar la naturaleza, subyugándola, explotándola, violándola y destruyéndola; por el contrario, tratar de entenderla y cooperar con ella.

## 9. Encuentra el sentido de la vida



## 9. Encuentra el sentido de la vida

Comparte conciencia  
proteje las energías  
siente las emociones  
sé más humano  
dale sentido a la vida.

**Victor Frankl dice que hay tres formas de encontrar el sentido de la vida:**

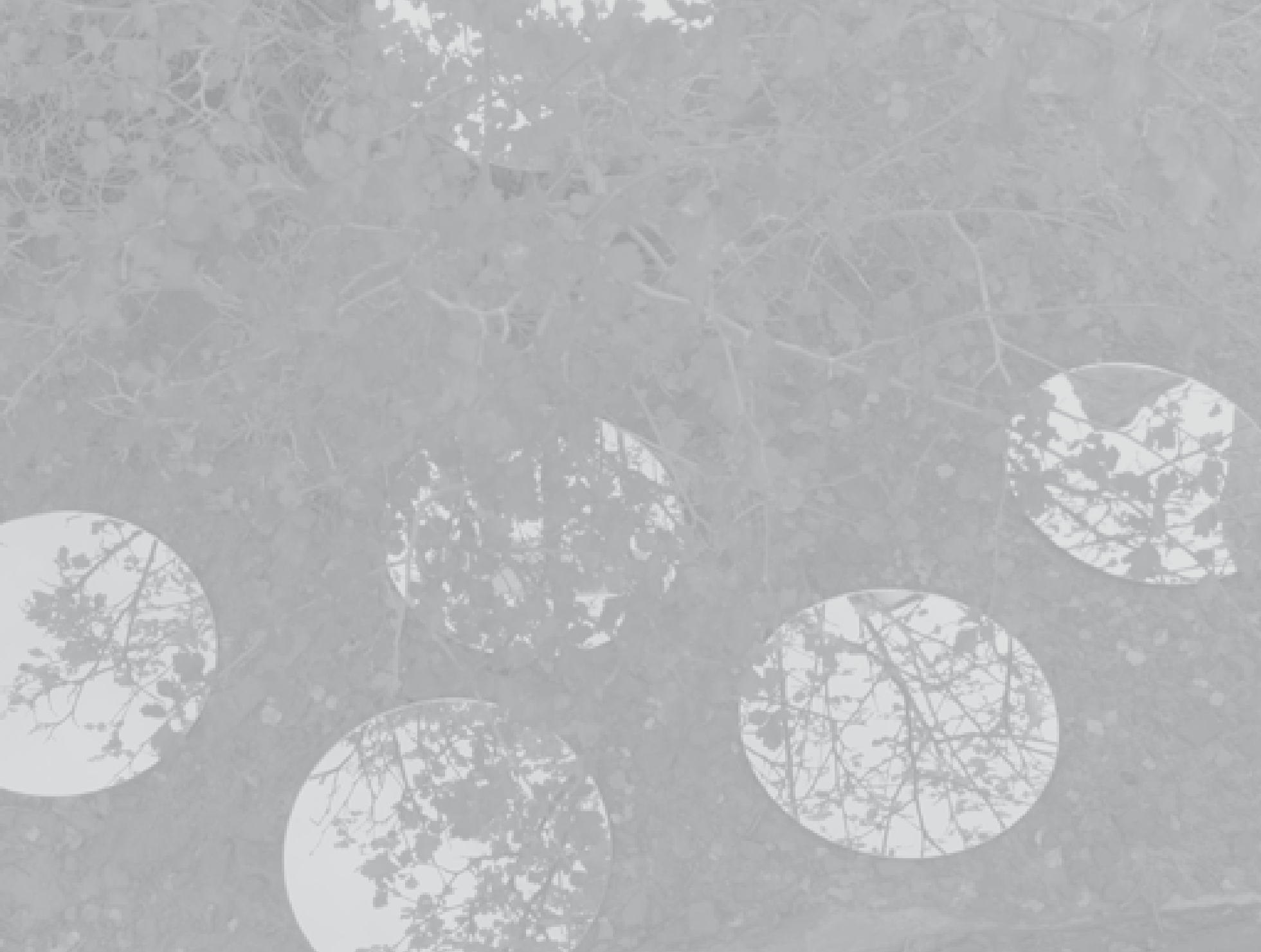
- creando un trabajo o haciendo una obra
- experimentando algo o conociendo a alguien
- por la actitud que tomamos ante el inevitable sufrimiento

**Thich Nhat Hanh nota:**

Nuestra cita con la vida  
es en el momento presente.



## 10. Abraza el caos



10. Abraza el caos



En lugar de tratar de ordenar  
y arreglar este complejo mundo,  
trato de habitar dentro de su caos  
y complejidad, porque ...  
Dentro del caos reside la creatividad,  
dentro de la creatividad reside la innovación,  
dentro de la innovación, reside el futuro.

**Briggs y Peat nos desafían cuando dicen:**

A medida que nos adentramos en esta nueva percepción, no es necesario que dejemos totalmente de lado la interpretación posrenacentista de nosotros como individuos, ni todo el conocimiento y los avances tecnológicos que trajo consigo. Pero a la luz del caos, cada individuo así como el conjunto de los mismos, puede construir un nuevo significado, convirtiéndose en metáforas y fractales a través de los cuales se expresa el todo.



### **Caminos**

No hay un solo camino cuando has llegado tan lejos  
si crees que el camino correcto es uno, no has aprendido lo suficiente  
si crees que el camino justo es uno, no has comenzado aún  
si crees que uno es el camino equivocado, es posible que tengas razón.  
Sin embargo, no has ido muy lejos si no estás perplejo,  
ya que mientras más piensas que la verdad está explícita  
aún más compleja te parecerá, te será.



## **11. Celebra la sincronicidad**





## 11. Celebra la sincronicidad

Celebremos esos momentos de coincidencia significativa, los que crean un puente entre la mente y la materia; celebremos la sincronicidad.



## Un diálogo entre tres ...

La sincronicidad expresa *las relaciones significativas entre eventos internos y externos.*

**David Peat**

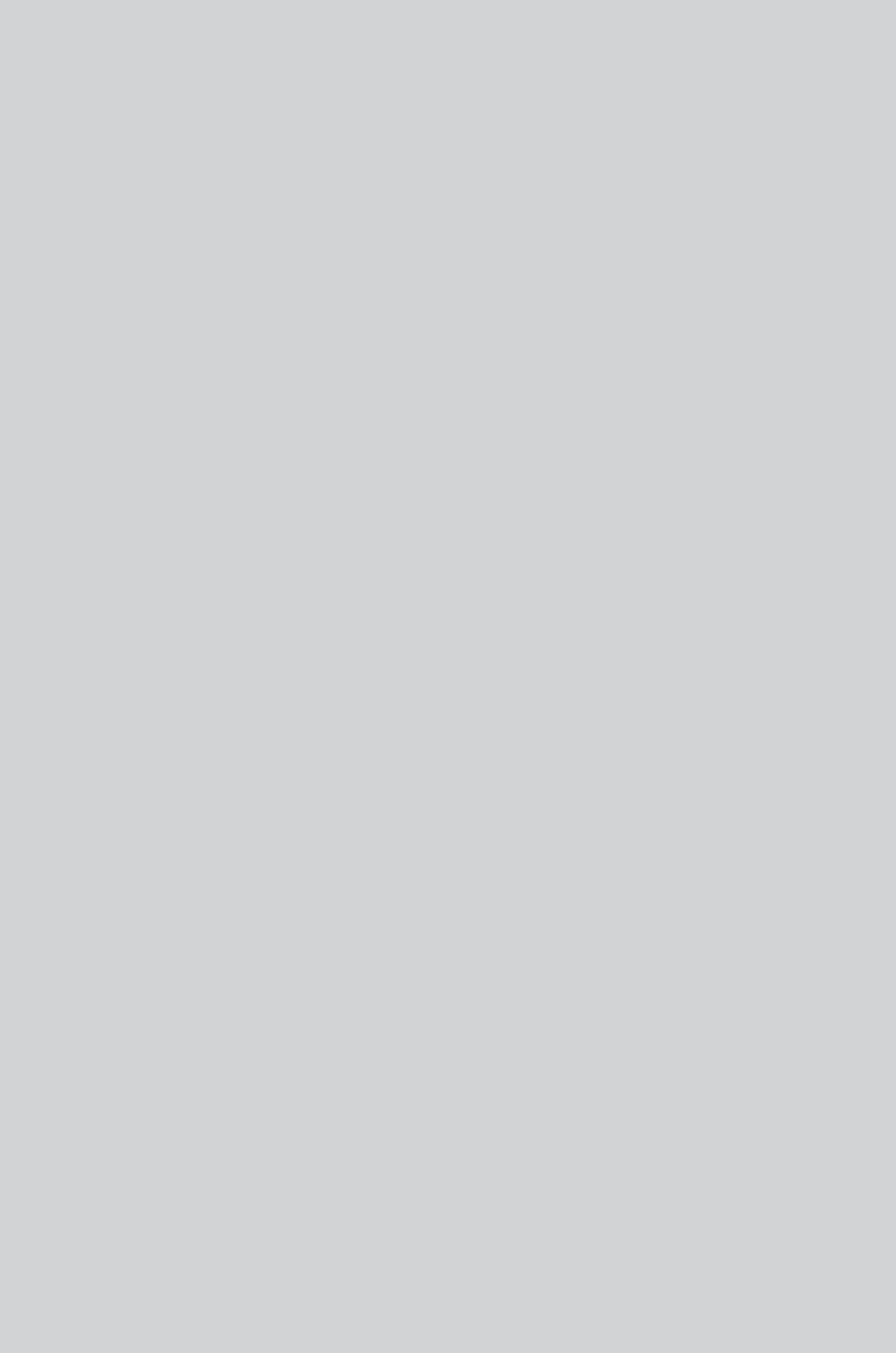
En el mismo instante en que estamos esforzándonos por lograr ser personas autónomas, también estamos siendo atrapados por fuerzas vitales que están fuera de nuestro alcance, de manera que mientras somos protagonistas de nuestras propias vidas, al mismo tiempo somos actores importantes de un drama mayor.

**Joseph Jaworski**

La fase final del sincrodestino tiene lugar cuando tomas plena conciencia de la interrelación de todas las cosas, de cómo cada una influye en la otra, de cómo están *sincronizadas entre sí.*

**Deepak Chopra**

## **12. Conéctate con tu inteligencia espiritual**





## 12. Conéctate con tu inteligencia espiritual

Danah Zohar nos ha regalado el concepto de inteligencia espiritual ... la inteligencia de visión, de creatividad, y lo que usamos para determinar lo bueno de lo malo ... para reflexionar sobre la vida, la muerte y la existencia.

La inteligencia espiritual nos ayuda a capturar motivación, y nos permite percibir situaciones y a nosotros dentro de ellas.

Danah dice:

Somos siempre en parte extraños a nosotros mismos porque siempre somos más que nuestro propio ser consciente.



## 13. Dialoga con integridad





### 13. Dialoga con integridad



Me comprometo contigo  
alma hermana  
a tener una danza de palabras  
con integridad.

No pretendes otra cosa  
porque somos uno  
cuando el diálogo  
es fusión.

En flujo constante  
pensamiento aliado  
constructivo  
creativo  
colectivo  
resplandeciente.

No renuncies  
a este diálogo  
a esta danza de las almas  
a este pensamiento de armonía  
a este maravilloso intercambio  
de perfección y de entendimiento.

No pretendo  
ser subliminal  
cuando el diálogo  
despeja  
la mente.

Únete a mi  
para dialogar  
para construir  
un mundo  
consecuente.

En su innovador libro *Sobre el diálogo*,  
**David Bohm** nos dice que:

El diálogo se alcanza cuando se profundiza en el proceso del pensamiento y al cambiar el modo en que ocurre el proceso del pensamiento colectivo. No se le ha prestado mucha atención al hecho de que el pensamiento es un proceso. Nos hemos enfocado en el pensamiento, pero le hemos prestado atención únicamente al contenido, no así al proceso.

Con una actitud de integridad se logra un mejor acercamiento a esta nueva perspectiva sobre el diálogo, tal y como lo definió **Stephen L. Carter** en su libro *Integridad*, y que consiste en tres pasos:

- 1 discernir entre lo correcto y lo incorrecto
- 2 actuar de acuerdo a lo que se ha discernido, aunque implique un costo personal
- 3 decir abiertamente que se actúa sobre la base del entendimiento personal de lo correcto y lo incorrecto

El diálogo con integridad se practica mejor cuando se enfoca en el presente. Un presente que implica un deber, como nos lo comunica **Gandhi**:

El presente significa nuestro deber en este momento. Si ponemos todo nuestro esfuerzo en hacer nuestras obligaciones, habremos hecho el mayor esfuerzo humano. El dolor nace de soñar con el futuro y lamentarse del pasado; por lo tanto, una persona que se preocupa del presente y cumple con sus responsabilidades, no nace ni muere.

**Thich Nhat Hanh** comparte su secreto:

Estoy decidido  
a hablar con la verdad,  
con palabras que  
inspiran confianza en uno mismo,  
alegría y esperanza.

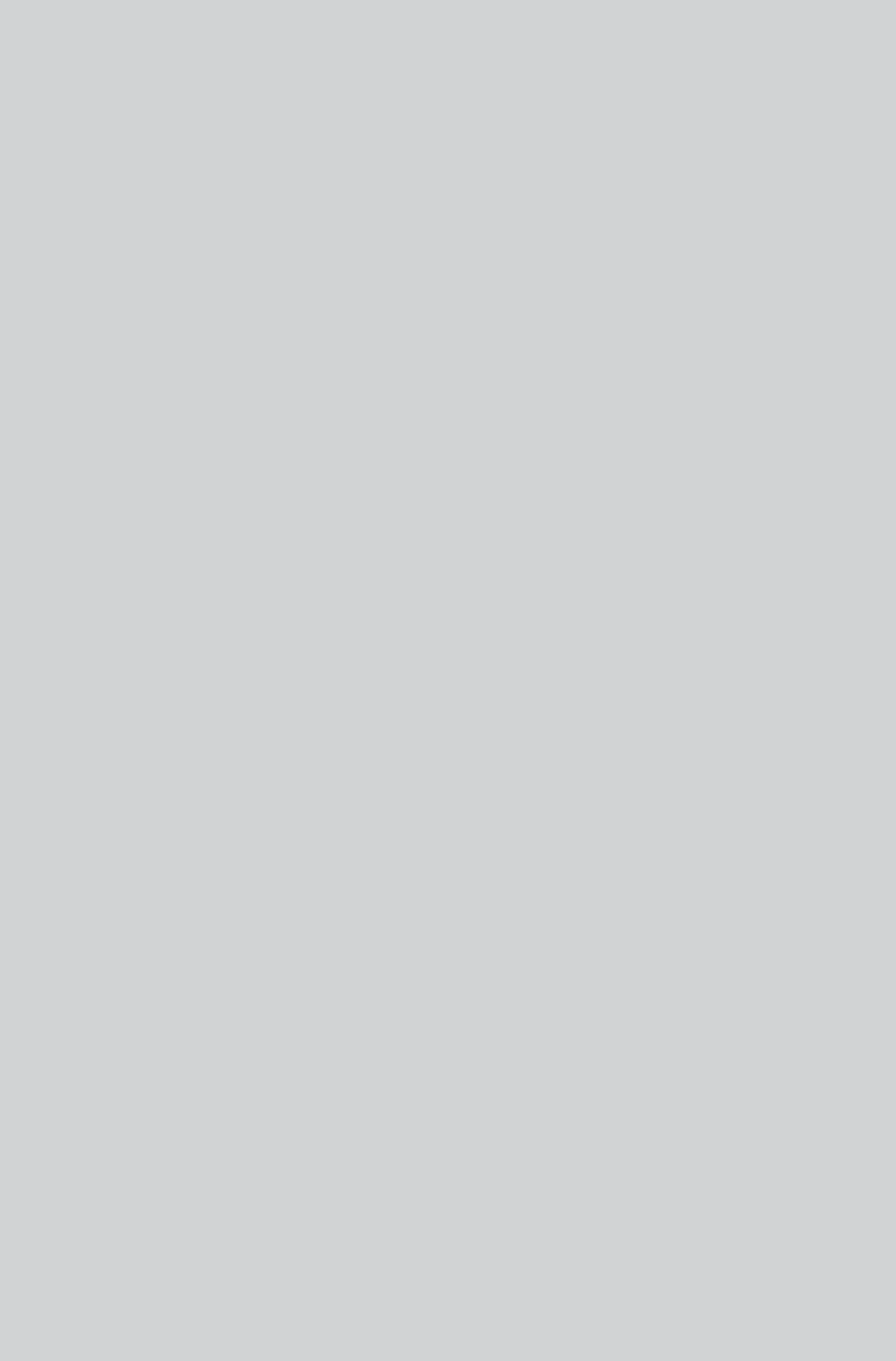
### **La práctica del diálogo: un recordatorio y una oración**

La transformación es producto de la práctica del diálogo y otras formas de conversaciones de aprendizaje. Las experiencias que hemos descrito son significativas y a veces misteriosas para aquellas personas involucradas. También son frágiles y se olvidan fácilmente, especialmente cuando uno se adentra en la cotidianidad basada en la competencia y en la separación. Las experiencias que implican una transformación son como sembrar semillas. Puede ser que cuando se siembre la semilla —la primeras experiencias con el diálogo— se anuncie con bombos y platillos, pero los frutos que nos dirán que la transformación se ha llevado a cabo, son producto de un cuidado constante. Sembrar es el comienzo. Cuidar la huerta día a día permite que las plantas crezcan y produzcan la cosecha. Es un trabajo muy duro poner en práctica constantemente el diálogo para que las conversaciones fructifiquen y nos den los frutos del aprendizaje y la transformación. Empecemos cada uno de nosotros a cuidar la huerta todos los días para cosechar los frutos en nuestra vida y crear un mundo que sustente a los hijos de nuestros hijos, así como a muchas otras generaciones por venir.

**Linda Ellinor y Glenna Gerard**



## **14. Brinda culto a la Tierra**







## 14. Brinda culto a la Tierra

Tierra, somos uno  
te conozco como mi aliento  
cuando sopla el viento  
te conozco porque eres mi sangre  
cuando nado en tus océanos.

Te conozco como mi esqueleto  
cuando subo a tus árboles  
conozco tus lágrimas  
cuando llueve  
y cuando lloras, yo lloro.

Lloramos y sufrimos juntas.

**Hemos perdido nuestra relación sagrada con la Madre Tierra. Los indígenas son los únicos que aún hoy en día mantienen esa conexión primordial.**

**Tom Hayden lo expresa así:**

Nos corresponde a nosotros asumir los riesgos y peligros de haber separado la gracia de la naturaleza y el espíritu, de la materia. Cuando adoramos a Dios, en los cielos, la Tierra, olvidada bajo nuestros pies, se atrofia y muere. Hemos desarrollado una sociedad en la que todo, desde nuestros hábitos hasta las decisiones económicas y políticas, explotan el medio ambiente con indiferencia. A menos que la naturaleza del Estado se armonice con el estado de la naturaleza, nuestra rapacidad y nuestra ignorancia van finalmente a llevarnos más allá del punto en el que los ecosistemas terrestres sean capaces de sustentar la existencia humana.

**Leonardo Boff, el gran filósofo brasileño fundador de la teología de la liberación, constantemente reclama la liberación de la tierra al mismo tiempo que se libera al pobre:**

La tierra también protesta. La lógica que explota a las clases y domina a los pobres para el beneficio de los intereses de unas pocas naciones poderosas es la misma que menosprecia la tierra y saquea sus riquezas, mostrando poca solidaridad con el resto de la humanidad y con las futuras generaciones.

**También Rigoberta Menchú, Premio Nobel de la Paz de 1992, en una visita a Costa Rica para la graduación de estudiantes en el Centro Agronómico Tropical de Investigación y Enseñanza (CATIE), dice:**

Crear un lugar donde se preserve y se proteja la integridad de la naturaleza es una labor inmensa, titánica, porque muchos no lo entienden, pero es una labor para el futuro.

**Al Gore, en su discurso al recibir el Premio Nobel de la Paz 2007, dijo:**

Nosotros, los seres humanos, estamos enfrentando una emergencia planetaria. Una amenaza a nuestra subsistencia que está ganando un siniestro y destructivo potencial mientras estamos aquí reunidos. Pero también hay noticias esperanzadoras: tenemos la habilidad para resolver esta crisis y para evitar sus peores consecuencias, si actuamos de forma valiente, decidida y rápida.

Nosotros somos lo que está mal, y debemos corregirlo.

Ahora los científicos nos advierten que si no actuamos rápidamente para reducir la polución del calentamiento global que atrapa el calor que nuestro planeta solía irradiar fuera de la atmósfera, estamos en peligro de provocar un “verano eterno”.

El poeta estadounidense Robert Frost escribió: “Algunos dicen que el mundo acabará en llamas, otros dicen que vencerá el hielo”. Cualquiera de los dos, dice, “la ruina sería”.

El gran escritor noruego, Henrik Ibsen, escribió “uno de estos días, la generación más joven vendrá a tocar a mi puerta”. El futuro está tocando a nuestra puerta ahora mismo. No nos equivoquemos, la siguiente generación nos hará una de dos preguntas. Nos preguntará “¿en qué estaban pensando, por qué no actuaron?”. O, por el contrario, nos preguntará “¿cómo hicieron para encontrar el coraje moral para levantarse y resolver exitosamente una crisis que muchos decían era imposible de resolver?”.

Tenemos todo lo que necesitamos para empezar, excepto, tal vez, voluntad política. Pero la voluntad política es un recurso renovable. Así que renovémosla, y digamos todos juntos: “Tenemos un propósito. Somos muchos. Por este propósito nos levantaremos y actuaremos”.



## **15. Respeta nuestros derechos humanos**



## 15. Respeta nuestros derechos humanos

Primero vinieron a buscar a los comunistas,  
y yo no hablé porque no era comunista.  
Después vinieron por los judíos,  
y yo no hablé porque no era judío.  
Después vinieron por los sindicalistas,  
y yo no hablé porque no era sindicalista.  
Después vinieron por los católicos,  
y yo no hablé porque no era católico.  
Después vinieron por mi,  
y para ese momento ya no quedaba nadie  
que pudiese hablar por mi.

**Martin Niemoeller, pastor evangélico luterano**

Vivir los valores y los principios expresados en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, así como honrarlos, es la última práctica propuesta.

Esta Declaración fue adoptada y proclamada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 10 de diciembre de 1948.

Es un documento breve de treinta artículos que protege a todos los seres humanos del planeta “sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición”.

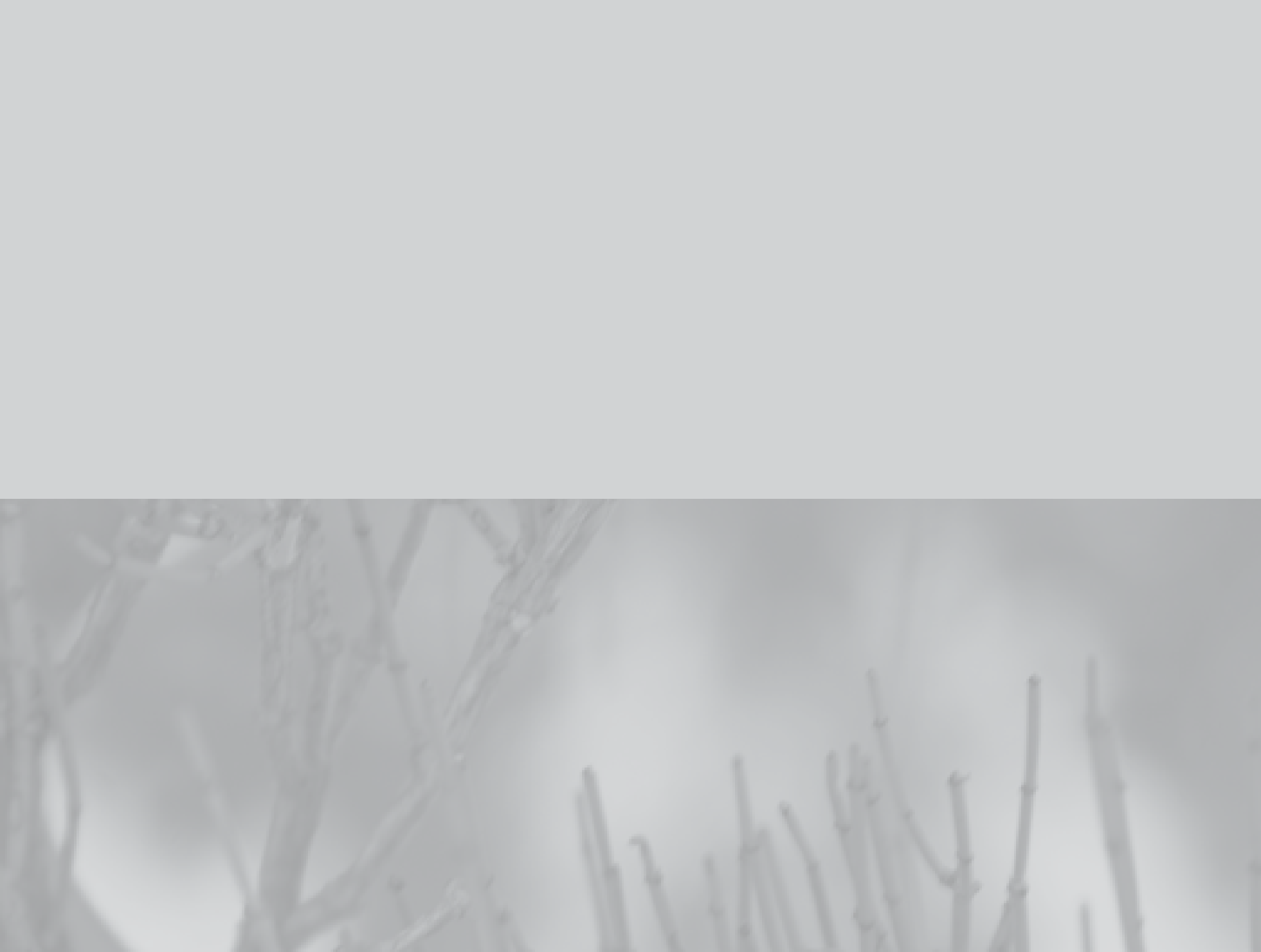
Nuestros derechos humanos nos proporcionan el más alto código moral para relacionarnos los unos con los otros.

Lo dice mejor mi querido amigo **Florentín Meléndez** de El Salvador, un conocido defensor de los derechos humanos:

Deben estar en vigor en todo tiempo y lugar, para lograr el respeto mutuo entre todos los seres humanos, la convivencia pacífica y la paz social. Estos son los valores de una sociedad democrática, humanista y civilizada, sociedad basada en la solidaridad, una en que vale la pena vivir y luchar.



## Conclusión



## Conclusión

¿Por qué se debe erradicar la pobreza existencial?

¿Qué pasa cuando no logramos eliminar la pobreza existencial?

¿Qué pasará cuando la pobreza existencial llegue a sus límites?



**La respuesta nos la da Elie Wiesel, Premio Nobel de la Paz de 1986, un hombre que sobrevivió a los campos de concentración de Auschwitz y Buchenwald, quien relató de manera conmovedora su experiencia:**

Nunca olvidaré aquella noche, la primera noche en el campo,  
la cual ha convertido mi vida en una larga noche,  
siete veces maldecido y siete veces sellado.

Nunca olvidaré ese humo.

Nunca olvidaré las caritas de los niños,  
cuyos cuerpos vi convertidos en coronas de humo bajo un cielo azul callado.

Nunca olvidaré esas llamas que consumieron mi fe para siempre.

Nunca olvidaré ese silencio nocturno  
que me privó para toda la eternidad del deseo de vivir.

Nunca olvidaré esos momentos que mataron mi Dios y mi alma,  
y que hicieron polvo mis sueños.

Nunca olvidaré estas cosas,  
aunque me condenen a vivir tanto como Dios mismo. Nunca.



**La respuesta nos la da Monseñor Oscar Romero de El Salvador, tal como lo recuerda Leonardo Boff:**

Paréceme aún verlo y oirlo la primera vez que nos encontramos en Puebla, México, en febrero del año pasado. me pidió algunas ideas teológicas para el tema de la vida. recuerdo muy bien, decía con una voz serena y suave:

“En mi país se mata cruelmente. Los pobres están siendo asesinados, campesinos torturados, día tras día con la más extrema violencia. Es preciso defender lo mínimo que es el máximo don de Dios: la vida. Padre Boff, ayúdenos a hacer una teología de la vida. Dios es el creador de la vida; el envió a su hijo para que tuviésemos vida en abundancia”.

Después de una pausa, como reviviendo los cuerpos que sepultó, casi con resignación, concluyó: “Es necesario dar la vida para defender la vida: este fue el camino del crucificado”.

Y así, nosotros,  
la humanidad en evolución,  
avanzamos desarrollando  
nuestra civilización humana.



Tenemos que dar un paso cada día,  
para reducir la pobreza existencial  
para eliminar la pobreza existencial (aquella que realmente amenaza nuestra existencia)  
y para seguir construyendo un mundo  
donde ningún ser humano  
tenga que volver a decir:



¿Haz mirado alguna vez dentro de los ojos de otra persona, en el piso de una celda, que sabe que está a punto de morir aunque nadie se lo haya dicho? Sabe que está a punto de morir pero se aferra a su deseo biológico de vivir, como única esperanza, ya que nadie le ha dicho que va a ser ejecutado.

Tengo muchas de esas miradas grabadas en mi.

Cada vez que escribo o enuncio palabras de esperanza, palabras de confianza en el triunfo decisivo del hombre, me da mucho miedo, mucho, perder de vista una de esas miradas. En las noches, vuelvo a contarlas, las recuerdo, las vuelvo a ver, las limpio, las ilumino.

Esas miradas con las que me topé en las prisiones clandestinas de Argentina y las cuales he retenido una a una, han sido el punto culminante, el momento más puro de mi tragedia. Hoy todavía me acompañan y aunque lo deseara, no puedo y no sabría como compartirlas con ustedes.

**Jacobo Timerman**







## Agradecimientos

Mis agradecimientos y aprecio a:

Francisco Gutiérrez y su equipo académico por haber fomentado el pensamiento y vida del paradigma emergente en el doctorado de la Universidad de La Salle, Costa Rica.

Luis Chacón por belleza en arte, consejo y amistad.

Bolívar Báez, Byron Miranda, Cristina Vázquez, Cruz Prado, David Balsam, Eduardo Fernández, Elizabeth Kluge, Emilia Madrigal, Florentín Meléndez, Jorge Jessum, Leo López, Lizardo de la Casas, Luis González Fabra, Lupita Belloc, Miriam Hirezi, Roberto Alvarado, Roberto González, Santiago Friedman, Santiago Vélez y Vilma Peña; amigas, amigos y colegas de años, quienes estuvieron conmigo en momentos clave para asesorar, apoyar y colaborar.

Mi tía Dottie Gurland, quien amplió mi comprensión de Erich Fromm.

Esta traducción al español disfrutó de un equipo de creativos comprometidos:

- Emilia Madrigal hizo la primera traducción en su totalidad.
- Jorge Jessum y Cristina Vázquez añadieron su pluma fina.
- Jehikel Morales, Rafael Domínguez y Ronald Esquivel hicieron correcciones a la versión final.
- Gloria y Fabiola Bernal asesoraron en la revisión de la poesía.
- Marguerite Groves asesoró en varios aspectos.
- Y Sebastián Pérez coordinó, con amor creativo, esta producción.

Mis amigos y colegas que revisaron y comentaron la versión original en inglés durante varias etapas: Anne Robert, Steve Kogel, Dery Dyer, Jim Molloy, Victoria Fontan, Jacqueline Gillet and Patricia León.

Estas son algunas de las personas bellas quienes han inspirado y contribuido a este proyecto. Somos todos los autores, porque compartimos una misión en común: el fin de la pobreza existencial.

## La autora: Jan Hurwitch

Jan Hurwitch ha dedicado su vida a asuntos de pobreza e injusticia. Sus áreas de especialidad son micro-crédito para familias rurales, manejo de microempresas, liderazgo en el nuevo paradigma, pensamiento creativo y estratégico, y ética visionaria.

Su trabajo en Haití, Jamaica, El Salvador y República Dominicana se conoce bien en esos países.

Ella es creadora de la Fundación Ética Visionaria y vive en San José, Costa Rica donde escribe, hace consultorías y capacitaciones y coordina el Centro de Meditación Iriia-Samye para la Paz.

*El fin de la pobreza existencial: 15 prácticas para vivir el camino* es la primera de una serie de publicaciones cortas sobre las bases éticas de la actual pobreza mundial. Los que siguen se enfocarán en liderazgo ambiental y derechos humanos.

- Liderazgo del alma para la transformación del siglo XXI
- Pobreza, ecología, economía y conciencia: El caso de Haití
- Melodías y terapias para el alma

## El artista: Luis Chacón

Durante de las últimas tres décadas Luis Chacón ha sido uno de las figuras más prominentes en el campo cultural de Costa Rica. Tanto como artista como promotor cultural internacional, él es, en América Central, uno de las personalidades más notables del fin del siglo XX y comienzos del siglo XXI.

Como ícono en el mundo de la promoción cultural, debemos a Luis Chacón la creación de la Galería Nacional de Arte Contemporáneo, GANAC. Esta galería abrió sus puertas con una colección de más de 500 obras de arte internacional donada por sus colegas.

Luis estableció el Museo de Arte y Diseño Contemporáneo; creó Arte en Espacios Públicos para la Municipalidad de San José, el primer museo al aire libre de la capital; y fundó uno de los más conocidos grupos de pintores centroamericanos: BOCARACA.

Como artista, su sólida formación académica lo ha llevado de éxito a éxito. Posee un doctorado en Bellas Artes de la Universidad de la Sorbonne, y es un generoso maestro y mentor para muchos artistas jóvenes, quienes lo visiten frecuentemente en su extraordinaria casa-galería.

## Las fotografías *Serie del desierto*:

Tomadas en desiertos de Estados Unidos en el otoño de 2005, la Serie del desierto de Chacón trae vida a las energías fuertes y silenciosas del mundo del desierto. Estas son las energías que capturan nuestras almas y nos mueven hacia el crecimiento existencial. Las fotografías seleccionadas para este volumen por el artista son especialmente apropiadas porque revelan la fortaleza interna y tranquilidad de espíritu, aptas para abrazar el fin de la pobreza existencial.

portada	The Arc	página 45	Composition 1
página 5	Living Desert group	página 46	Moonscape 6
página 7	Japanesescape 2	página 49	Desert Eye 2
página 8	Japanesescape 2 (detalle)	página 53	Reflexion 5
página 11	Desertpower 3	página 57	Japanesescape 1
página 12	Desertpower 1	página 59	Moonscape 1
página 15	Japanese Strings	página 60	Japanesescape 1 (detalle)
página 16	Desertpower 2	página 63	Desert Eye 1
página 17	Moonscape 4	página 67	Mimético 3
página 18	Moonscape 4 (detalle)	página 68	Mimético 3 (detalle)
página 21	Desert Eye 3	página 71	Desert Eye 4
página 25	Marscape 2	página 76	Desert Eye 4 (detalle)
página 26	Marscape 2 (detalle)	página 79	Reflexion 1
página 29	Moonscape 7	página 82	Reflexion 1 (detalle)
página 32	Moonscape 7 (detalle)	página 85	Pond 1
página 35	Mimético 1	página 89	Reflexion 4
página 36	Moonscape 5	página 91	Sandscape 1
página 38	Moonscape 5 (detalle)	páginas 92-93	Mimético 2
página 41	Moonscape 2	páginas 94-95	Moonscape 3

## Referencias

- p 11 Madre Teresa, [www.abuddhistlibrary.com](http://www.abuddhistlibrary.com)
- p 15 Dalai Lama XIV, *The Universe in a Single Atom* [El universo en un solo átomo: Cómo la unión entre ciencia y espiritualidad puede salvar al mundo] (Morgan Road Books, 2005), p 10.
- p 16 Thoreau, Henry David, *Walden and Civil Disobedience* [Walden y la desobediencia civil] (Penguin, 1996 - original 1849 y 1854).
- p 17 Dalai Lama XIV, *The Path to Tranquility* [El camino a la tranquilidad] (Penguin, 1999), p 91.
- p 22 La Santa Biblia, *Las bienaventuranzas*, Mateo 5,3-12.
- p 25 King, Martin Luther, Jr. et al, *The Papers of Martin Luther King, Jr.: Symbol of the Movement* [Los documentos de Martin Luther King Jr.: Símbolo del movimiento] (University of California Press, 1957).
- p 29 La Santa Biblia, *Efesios 4-32*.
- p 30 King, Martin Luther, Jr. y Desmond Tutu, *Dream: The Words and Inspirations of Martin Luther King, Jr.* [Sueño: Las palabras e inspiración de Martin Luther King Jr.] (Blue Mountain Arts, 2007).
- p 31 Tutu, Desmond, *No Future Without Forgiveness* [No hay futuro sin perdón] (Doubleday, 1999), p 45-46.
- p 31 Pradervand, Pierre, *The Gentle Art of Blessing: Lessons for Living Your Spirituality in Everyday Life* [El gentil arte de la bendición: Aprendizajes para vivir la espiritualidad en la vida cotidiana] (Personhood Press, 2003), p 117.
- p 35 Madre Teresa, [www.abuddhistlibrary.com](http://www.abuddhistlibrary.com)
- p 35 Thich Nhat Hanh, *Refuge Prayer* [Oración del refugio], [www.openbuddha.com](http://www.openbuddha.com)
- p 36 Clinton, Bill, *Giving* [Contribuyendo] (Alfred A. Knopf, 2007), p XIII.
- p 37 King, Martin Luther, Jr. et al, *The Papers of Martin Luther King, Jr.: Symbol of the Movement* [Los documentos de Martin Luther King Jr.: Símbolo del movimiento] (University of California Press, 1957), p 119.
- p 37 Madre Teresa, *Novena a la Madre Teresa* (San Pablo, 2004), p 3.
- p 42 Swami Rama, *Meditation and its Practice* [La meditación y su práctica] (Himalaya Institute Press, 1998).
- p 42 Osho, *¿Qué es la meditación?* (Lumen Humanitas, 1995), p 10.
- p 45 Einstein, Albert, [www.hrweb.org/intro](http://www.hrweb.org/intro), 2005.
- p 46 Eisenhower, Dwight D., [www.hrweb.org/intro](http://www.hrweb.org/intro), 2005.
- p 46 Carter, Jimmy, *Our Endangered Values* [Nuestros valores en peligro] (Simon and Schuster, 2005), p 199.
- p 49 Lao Tse, *Tao Te Ching* (Filiquarian Publishing, LLC., 2006)
- p 50 Fromm, Erich, *To Have Or To Be?* [¿Tener o Ser?] (The Continuum Publishing Company, 1996), p 170.
- p 54 Frankl, Victor, *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy* [El hombre en busca de sentido: Una introducción a la logoterapia] (Simon and Schuster, 1959), p 115.

- p 54 Thich Nhat Hanh, *Our Appointment With Life: Discourse On Living Happily In The Present Moment* [Nuestra cita con la vida: Discurso sobre cómo vivir feliz en el momento presente] (Parallax Press, 1990).
- p 58 Briggs, John y F. David Peat, *Seven Life Lessons of Chaos* [Siete lecciones del caos para la vida] (Harper Collins, 1999), p 165.
- p 64 Peat, David, *Synchronicity: The Bridge Between Matter and Mind* [Sincronicidad: El puente entre la mente y la materia] (Bantam Books, 1987), p 216.
- p 64 Jaworski, Joseph, *Synchronicity* [Sincronicidad] (Berrett-Koehler Publishers, 1996), p 88.
- p 64 Chopra, Deepak, *Synchrodestiny: Harnessing the Infinite Power of Coincidence to Create Miracles* [SincroDestino: Descifra el significado oculto de las coincidencias en tu vida y crea los milagros que has soñado] (Rider, 2003), p 27.
- p 67 Zohar, Danah, *Connecting with our Spiritual Intelligence* [Conectándonos con nuestra Inteligencia Espiritual] (Bloomsbury Publishing, 2000), p 137.
- p 74 Bohm, David, *On Dialogue* [Sobre el Diálogo] (Routledge, 1996), p 10.
- p 74 Carter, Stephen L., *Integrity* [Integridad] (Basic Books, 1996), p 7.
- p 74 Gandhi, Mohandas, *The Essential Writings of Mahatma Gandhi* [Los Escritos esenciales de Mahatma Gandhi] (Oxford University Press, 1993), p 177.
- p 74 Thich Nhat Hanh, Robert Ellsberg y Annabel Laity, *Thich Nhat Hanh: Essential Writings* [Thich Nhat Hanh: Escritos esenciales] (Orbis Books, 2001), p 160.
- p 75 Ellinor, Linda y Glenna Gerd, *Dialogue: Rediscover the Transforming Power of Conversation* [Diálogo: Redescubra el poder transformador de la conversación] (John Wiley & Sons, 1998).
- p 80 Hayden, Tom, *The Lost Gospel of the Earth* [El evangelio perdido de la tierra] (Sierra Club Books, 1996).
- p 80 Boff, Leonardo, *Ecologia: Grito Da Terra, Grito Dos Pobres* [Ecología: Grito de la tierra, grito de los pobres] (Atica, 1996), p 11.
- p 80 Menchú, Rigoberta, "Menchú gives new CATIE class her blessing" [Menchú da su bendición a la nueva generación del CATIE], *Tico Times*, Diciembre 8, 2006, p 8.
- p 81 Gore, Al, "Nobel Peace Prize Acceptance Speech" [Discurso de aceptación del Premio Nobel de la Paz], 2007.
- p 85 Niemoeller, Martin, [www.hrweb.org/intro.html](http://www.hrweb.org/intro.html), 2005.
- p 86 Meléndez, Florentín, *El pequeño libro de los derechos, los deberes y las virtudes* (Criterio, 2002), p 91.
- p 90 Wiesel, Elie, *Night* [Noche] (Bantam Books, 1960), p IX.
- p 91 Arzobispado de San Salvador, Monseñor Oscar Arnulfo Romero, *arzobispo y mártir: su muerte y reacciones* (Arzobispado de San Salvador, 1982), p 628.
- p 93 Timerman, Jacobo, *Prisoner Without a Name, Cell Without a Number* [Preso sin nombre, celda sin número] (Alfred A. Knopf, 1981).

## Índice analítico

Alma, almas, 7, 12, 16, 72-73, 90

Bodhisattva, 17

Boff, Leonardo, 80, 91

Bohm, David, 74

Briggs, 58

Budismo, 15, 17

Caos, 55, 58

Carter, Jimmy, 46

Carter, Stephen L., 74

Chopra, Deepak, 64

Clinton, Bill, 36

Comisión de la Verdad  
y Reconciliación, 31

Complejidad, complejo, 9, 58, 59

Conciencia, 10, 42, 53

Creatividad, 58, 67

Creativo, 37, 72

Cristo, 29

Dalai Lama, 15, 17

Derechos humanos, 46, 83, 86

Declaración Universal de, 10, 86

Dialoga, 69, 71

Diálogo, 64, 69, 72-73, 74, 75

Dios, 22, 29, 80, 90, 91

Eberhart, Ashley, 102

Einstein, Albert, 45

Eisenhower, Dwight, 46

Ellinor, Linda, 75

Frankl, Victor, 54

Fromm, Erich, 50

Frost, Robert, 81

Gandhi, 74

Gerard, Glenna, 75

Gore, Al, 81

Hayden, Tom, 80

Hirezi, Miriam, 10

Ibsen, Henrik, 81

Innovación, 58

Integridad, 69, 71, 74

Inteligencia, espiritual, 65, 67

Jaworski, Joseph, 64

Jesús, 9, 22

Justicia, 9, 23, 25, 46

Kafka, Franz, 7

King, Martin Luther, Jr., 25, 30, 37

Lao Tse, 49

Madre Teresa, 11, 35, 37

Mandela, Nelson, 31

Medita, 39

Meditación, 10, 42

Meléndez, Florentín, 10, 86

Menchú, Rigoberta, 80

Misericordia, 9, 21, 22

Niemoeller, Martin, 85

Nobel, de la Paz, 31, 80, 81, 90

Osho, 42

Paz, 7, 10, 25, 37, 41, 46, 86

Peat, David, 58, 64

Perdón, 9-10, 31

Pobreza 9-10, 12, 91

Espiritual, 11, 12

Existencial, 12, 89, 93

Pradervand, Pierre, 31

Premio Nobel de la Paz, 31, 80, 81, 90

Proceso de perdón, 31

Proceso del pensamiento, 74

Rama, Swami, 42

Romero, Oscar, Monseñor, 91

SIDA, 36

Sincrodestino, 64

Sincronía, 10

Sincronicidad, 61, 63, 64

Thich Nhat Hanh, 35, 54, 74

Thoreau, Henry David, 16

Tierra, 22, 77, 79, 80

Madre, 80

Timerman, Jacobo, 93

Tolerancia, 9, 17, 23, 25

Tutu, Desmond, 31

Ubuntu, 31

Valores, 10, 16, 17, 86

Morales, 46

VIH-SIDA, 36

Violencia, 9-10, 91

No-violencia, 10, 43, 46

Wiesel, Elie, 90

Zohar, Danah, 67

**Ashley Eberhart**, de 16 años, estadounidense, ganadora en el 2007 de la competencia internacional para jóvenes escritores del Instituto Internacional de Investigación sobre Políticas Alimentarias (IFPRI):

Yo no estoy aquí para hacerte sentir culpable.  
Yo no estoy aquí para hacer llorar a tu conciencia.  
Pero tu tienes tanta culpa como yo.





