



# Pedagogía da espiritualidade<sup>1</sup>

---

Silvia Bara Bancel e Mentxu Martín-Aragón<sup>2</sup>

## 1.- Que entendemos por espiritualidade?

Entendemos por espiritualidade a posibilidade de vivir plenamente quen somos. A partir da experiencia do «Máis en min», somos máis plenamente nós mesmos, e asemade, fainos ser máis harmónicos e compasivos.

O psicólogo humanista A. Maslow afirmaba que existe unha tendencia actualizante innata, isto é, que toda a existencia está habitada, dinamizada por unha corrente subxacente que move todos os seres vivos cara ao seu equilibrio, sanación, crecemento e plenitude.

Desde a perspectiva cristiá, recoñecemos que o ser humano foi creado a imaxe e semellanza de Deus, isto é, cunha receptividade cara á súa Presenza, e somos convidados á relación con El. Santo Agostiño expresábao con forza: somos «capaces de Deus», e El áchase no «máis interior que o máis íntimo noso», e ao mesmo tempo é «máis elevado que o máis alto» (*Confesións*, III, 6, 11). Por tanto, a espiritualidade é unha dimensión profundamente humana que nos axuda a crecer nesa Vida que quere vivir en min. Facendo

---

1 Escibimos estas liñas a catro mans, desde perspectivas diversas e complementarias, desde unha mirada teolóxica e psicolóxica, co desexo de poder suxerir algunhas pistas ao redor da pedagogía da espiritualidade. Somos conscientes que queda moito por dicir e, sobre todo, por vivir.

2 Silvia Bara Bancel é Doutora en Teoloxía na especialidade de Dogmática e Fundamental (U. Pontificia Comillas onde traballa como Profesora de Teoloxía. Mentxu Martín-Aragón é Psicoterapeuta e teóloga (U. Deusto) Profesora colaboradora de Psicoloxía na U. Pontificia Comillas.