

Proyecto de investigación Consciencia y Sociedad Distópica (C&SD)

Comunidad en Telegram. 12 de febrero de 2026

Enlace de suscripción al canal en Telegram: <https://t.me/socdistopica>

LA EVOLUCIÓN DE LA VIDA Y DE LA ALIMENTACIÓN HUMANA

Desde un punto de vista trascendente, aunque también con base científica, Manuel López Arrabal, colaborador de este Proyecto de investigación, comparte en el presente artículo sobre los "pilares espirituales y materiales" de la evolución cósmica, empezando su exposición por la evolución de la materia, continuando con el origen y evolución de la vida en la Tierra, explicando la energía que nutre la vida, que no somos omnívoros por necesidad, que los animales también tienen Alma y finalizando con la descripción de las 6 etapas de la evolución de la alimentación humana.

Un artículo que, siendo profundo y trascendente, también nos permite conocer otras alternativas avanzadas de alimentación consciente, para poder investigarlas y, según sintamos, llevarlas a la práctica, convirtiendo el acto de comer en un acto de amor y gratitud, en lugar de un mero acto de subsistencia o de impulso emocional.

LA EVOLUCIÓN DE LA MATERIA

Cuando hablamos de evolución, lo primero que se nos puede venir a la cabeza es la famosa teoría de la evolución de las especies de Darwin o la propia evolución del ser humano y la humanidad a través de la antropogénesis, que diversas tradiciones espirituales comparten. Sin embargo, el concepto "evolución" encierra en sí mismo la semilla de lo divino desde lo micro a lo macro y desde lo macro a lo micro, es decir, desde el átomo al cosmos y del cosmos al átomo. Desde un punto de vista espiritual, sabemos que, además de la evolución de los distintos Reinos en la Tierra -mineral, vegetal, animal y humano-, también se contempla la evolución de las Almas -Reino Espiritual- y de las esferas planetarias que contienen tales Reinos.

Por extensión, en el Cosmos la evolución también está presente en las estrellas, constelaciones, galaxias, cúmulos/supercúmulos de galaxias, universos, multiversos, omniversos, etc., impulsando la creación y formación de tan colosales estructuras vivientes, así como las distintas formas de vida que aparecen diseminadas por todo el Cosmos, sin olvidarnos de la formación de las partículas más elementales que existen y que conforman la estructura del átomo como primer eslabón de la evolución, entendiendo esta como la base de la entelequia o realización plena del potencial al que la materia está destinada a convertirse desde el plano espiritual subyacente.

ORIGEN Y EVOLUCIÓN DE LA VIDA EN LA TIERRA

Según distintas tradiciones espirituales como, por ejemplo, la Teosofía y la Antroposofía, al Origen del Todo, a lo que realmente no tiene nombre, a lo que solemos llamar Dios, La Fuente, El Creador,..., -particularmente prefiero usar la expresión de Aquello que no tiene origen pero es El Origen de todo lo originado-, se le atribuye la emanación de la Inteligencia y la Voluntad Divinas como artífices del establecimiento y puesta en marcha de diferentes "Planes Evolutivos" en todas las estructuras de la Creación, desde las más pequeñas hasta las más grandes, obedeciendo tales Planes a los designios de un único y original "Plan Maestro de Evolución Cósmica". Pues bien, en las esferas planetarias del tiempo y del espacio - como la Tierra-, el Plan Evolutivo que impulsa el establecimiento de la Vida, también las provee desde el principio de los tiempos de toda una secuencia de "ciclos o etapas" para una progresiva e inefable instauración de formas de vida cada vez más complejas hasta llegar, en nuestro caso, al ser humano.

Y ahora, según la ciencia actual, trataré de explicar esquemáticamente el extenso proceso de la vida terrestre, desde que aparecieron las primeras células marinas, hasta la aparición de los seres humanos, pasando por las etapas intermedias de aparición y desarrollo de los Reinos vegetal y animal, principalmente.

Hace aproximadamente 3.800-4.000 millones de años surgieron en los océanos las primeras formas de vida celular, probablemente procariotas muy simples. Tras miles de millones de años de evolución, la vida compleja comenzó a diversificarse de forma notable durante la explosión Cámbrica, hace unos 540 millones de años, cuando aparecieron la mayoría de los grandes grupos de animales marinos conocidos. Las primeras plantas terrestres colonizaron los continentes hace unos 470 millones de años y los primeros bosques con grandes árboles se desarrollaron alrededor de 385 millones de años atrás, durante el Devónico. En ese mismo periodo, los primeros vertebrados comenzaron a salir del agua y a adaptarse a la vida terrestre.

Desde hace unos 370 millones de años, los anfibios dominaron los ecosistemas terrestres, seguidos por los reptiles, que se diversificaron ampliamente. Más tarde, durante el Mesozoico, los dinosaurios se convirtieron en los vertebrados terrestres dominantes. Las primeras aves surgieron hace unos 150 millones de años, y los primeros mamíferos aparecieron incluso antes, hace unos 200-220 millones de años, aunque permanecieron pequeños y discretos mientras los dinosaurios ocuparon los grandes nichos ecológicos. Tras la extinción masiva de finales del Cretácico, hace 66 millones de años, los mamíferos placentarios se diversificaron rápidamente. Mucho más tarde, hace unos 6-7 millones de años, aparecieron los primeros homínidos. El género Homo surgió hace unos 2,5 millones de años, con especies como Homo habilis, capaces de fabricar herramientas de piedra. Finalmente, Homo sapiens apareció hace aproximadamente 200.000-300.000 años, convirtiéndose en la especie humana actual.

Comparativamente hablando, nosotros los Homo Sapiens Sapiens llevamos en la Tierra 25 segundos si lo trasladamos a un día de 24 horas en comparación al tiempo transcurrido desde el origen de la vida en la Tierra. Con la misma regla de proporcionalidad, si los primeros animales marinos llegaron hace solo un día, nosotros llevamos aquí solo 1 minuto y 43 segundos. En relación a las primeras aves solo llevamos aquí 5 minutos y 45 segundos. Y en relación a los primeros mamíferos, únicamente 13 minutos y 12 segundos.

Por otra parte, las especies animales identificadas en el año 2025 -según el *World Animal Foundation*- ascendían a 2,16 millones, de las que 75.923 son especies vertebradas y de estas, 6.736 son mamíferos, siendo nosotros tan solo una de esas especies.

EVOLUCIÓN PROGRESIVA

Los datos anteriores, aunque actualizados en este artículo, los usé hace años en otro artículo publicado en el periódico digital *Nueva Revolución* con el título: "Alimentación ética: la más justa, sostenible y saludable" (1), para tratar de concienciar a los consumidores de productos de origen animal que nosotros los humanos somos unos recién llegados a este planeta y que, en lugar de seguir explotando a las especies predecesoras, podemos empezar a darnos cuenta de que todas las especies de todos los Reinos podemos convivir en paz y armonía en un planeta de abundancia para todos, sin necesidad de destruir sus maravillosos ecosistemas y, mucho menos, infligiendo dolor y sufrimiento al Reino animal, especialmente a los animales que nos comemos. En este sentido, me atrevo a afirmar desde un punto de vista más esotérico, que la especie humana llegó a este mundo de manera postrera no por casualidad.

En el Plan Evolutivo de una Esfera Viva planetaria como la Tierra -nombrada en otras culturas como Gea, Gaia, Pacha Mama...-, en el plano físico, primero se desarrolla el Reino mineral durante miles de millones de años, a la par que se va creando una atmósfera vital con la intervención de elementos sólidos, líquidos, gaseosos y etéricos. Más adelante, intuyo que, cuando las condiciones para la vida más elemental están presentes, aparecen -o se inducen- las primeras formas de vida en los medios acuáticos. En la Tierra, según la ciencia dominante, las primeras formas de vida aparecerán en forma de células procariotas llegando más tarde las células eucariotas de mayor tamaño y con más carga genética que las primeras, dando lugar a organizaciones celulares cada vez más complejas, que junto a la aparición del oxígeno y de los orgánulos mitocondriales -las pequeñas centrales energéticas de las células-, comenzaron a evolucionar de manera más acelerada los organismos pluricelulares de los Reinos vegetal y animal, dando lugar a las primeras plantas y animales marinos. Y a partir de que la atmósfera terrestre era apta para la vida en el exterior de las aguas, principalmente cuando la capa de ozono alcanzó el espesor suficiente, los vegetales y animales marinos pudieron abandonar la protección que les proporcionaba el medio acuático y colonizar así la tierra firme.

En aquellos remotos tiempos, la alimentación de los organismos más complejos, dependía del proceso de la fotosíntesis en el caso de las plantas o de la ingestión de éstas por parte de los animales marinos. En tierra firme, y procedente de ciertas algas marinas, aparecieron los primeros musgos y helechos que durante millones de años fueron extendiéndose y diversificándose hasta convertirse en pequeños arbustos primero y en grandes árboles decenas de millones de años después. Con toda lógica, se estima que los primeros vertebrados -anfibios y reptiles- empiezan a salir de las aguas coincidiendo con la formación de los primeros bosques. Aunque hay que resaltar también la aparición de los primeros insectos, casi al mismo tiempo que las primeras plantas terrestres, pues éstos junto a las plantas serán los principales alimentos de los vertebrados terrestres, aunque, al igual que ocurría bajo las aguas, muchos animales también se alimentaban de otros animales.

DEL REINO MINERAL AL REINO ESPIRITUAL

Como dije antes, no por casualidad, los seres humanos de la actual Humanidad, hemos llegado “los últimos” a éste maravilloso planeta lleno de abundantes ecosistemas y pletórico de biodiversidad. En el Plan Evolutivo de esta Esfera, primero se establecen los Reinos mineral, vegetal y animal, para poder acoger y dar la bienvenida al Reino al que todos los seres humanos pertenecemos: el Reino humano. No obstante, nuestro Reino no es el último ni el más importante, teniendo en cuenta que la destrucción total o parcial de alguno de los Reinos predecesores impediría la existencia del nuestro, así como también interferiría en los Reinos sutiles o espirituales que los crearon.

Aparte de esto, me gusta compartir que el Reino humano es la “guinda” de la vida evolutiva planetaria, es decir, si el Plan Divino nos sitúa a los humanos en la escena planetaria en esta aparente última posición, es para que nos regocijemos y cuidemos de los Reinos previos. Por ello, el amor y el respeto hacia toda clase de vida serán los pilares fundamentales sobre los que podemos basar nuestras relaciones con las demás especies y, sobre todo, entre nosotros, si queremos seguir avanzando en nuestra propia evolución. Para ello, deberíamos permitir que los Reinos mineral, vegetal y animal prosigan con su propia evolución, sin nuestra interferencia destructiva. Asimismo, la evolución conjunta de los cuatro Reinos hasta ahora mencionados, favorecen de igual manera la evolución del Reino de las Almas.

LA ENERGÍA QUE NUTRE LA VIDA

En relación con la alimentación como fuente de energía, podemos deducir por todo lo anteriormente expuesto que, todos los seres vivos de este planeta han necesitado proveerse de distintas fuentes alimentarias según sea la especie, así como de sus condiciones de vida, para poder subsistir. Como sabemos, el Reino vegetal se provee de energía a través del proceso de la fotosíntesis acompañado de la absorción de agua, minerales y luz solar. En el Reino animal, sin embargo, la obtención de energía se obtiene principalmente por tres vías: a través de la respiración, la exposición al sol y la ingestión de agua y alimentos. Aunque la exposición directa a la energía solar no es fundamental en muchas especies, puesto que al comer vegetales, insectos u otros animales también se están abasteciendo, aunque indirectamente, de las propiedades de la luz solar.

Ahora bien, de modo orientativo, podríamos hacer una triple división del Reino animal según su forma de alimentarse: herbívoros, carnívoros y omnívoros. Al existir tan amplia variedad de ecosistemas en la Tierra en función de las múltiples variables debidas al clima y al medioambiente (mares, ríos, lagos, montañas, desiertos, bosques, etc.), el equilibrio natural entre especies dentro de un mismo hábitat siempre ha existido con los consiguientes ajustes de la cadena trófica, en función del tipo y la cantidad de alimentos disponibles y del número de depredadores existentes..., hasta que llegó el ser humano.

NO SOMOS OMNÍVOROS POR NECESIDAD

Pues bien, si consideramos que somos una especie omnívora en semejanza con otras muchas especies que también lo son, estaríamos en lo cierto. Comer de todo es, en cierto modo, una gran ventaja evolutiva pues permite a los omnívoros adaptarse

mucho mejor a las cambiantes condiciones de vida en el planeta, sobre todo cuando hay escasez de alimentos. En cuanto a nosotros, hay quienes consideran que por naturaleza somos más bien vegetarianos, ya que nuestro aparato digestivo se parece más al de los herbívoros o frugívoros que al de los carnívoros u omnívoros. Sea como fuere, está claro que en nuestra historia como humanidad hemos aprendido a alimentarnos según los recursos y las circunstancias de cada lugar y de cada época. Incluso actualmente, hay seres humanos que no pueden elegir qué comer para sobrevivir teniendo que adaptarse a una dieta escasa y poco variada. En estos y otros muchos casos, comer carne suele ser una excepción, aunque siguen existiendo tribus o poblados en lugares desérticos o extremadamente fríos donde comer carne o pescado es la norma.

En cuanto a los seres humanos de los países más desarrollados, que sí podemos elegir entre una infinidad de alimentos, se da la paradoja de que generalmente nos alimentamos como omnívoros comiendo de todo y mal. ¿Realmente es necesario que sigamos comiendo de todo, incluidos los animales y sus derivados? A esta pregunta ya se respondió en profundidad con el artículo “¿CÓMO PODEMOS REDUCIR -hasta acabar con- LA VIOLENCIA ESPECISTA?” publicado en el canal de Telegram del proyecto de investigación C&SD el pasado 8 de enero. Compartí en dicho artículo unas pautas fáciles de adoptar, muy beneficiosas para nuestra salud, pero sobre todo para permitir una vida digna de nuestros hermanos los animales. Y dónde quedó claro que las personas con capacidad de adquirir cualquier clase de alimento, somos omnívoras por elección o por tradición, pero no por necesidad. Veamos ahora, muy brevemente, si los animales tienen capacidad de trascendencia y, por tanto, si tienen Alma o no.

EL ALMA EN LOS ANIMALES

En relación a la capacidad de trascendencia de los animales, quiero hacer mención a una información extraída de una interesante conferencia titulada “Un más allá para los animales” impartida por el periodista e investigador Miguel Pedrero y publicada en Youtube por Mindalia Televisión. Según manifiesta Miguel, coautor junto a Carlos G. Fernandez del libro “Nos vemos en el Cielo”, durante años estuvieron recopilando información en primera persona de múltiples casos en los que las mascotas desencarnadas aparecían vívidamente ante sus “amos”, a veces en estados de vigilia y otras en los sueños, apareciéndose con el mejor estado que tuvieron en vida, bien para transmitirles algo o bien para que quedaran en paz y así poder continuar su camino en el más allá. A esto habría que unir, los miles de casos recopilados de experiencias cercanas a la muerte de personas que tuvieron mascotas, que al abandonar temporalmente sus cuerpos se reencontraron con ellas junto a otros seres queridos que “murieron” tiempo atrás.

Por otro lado, muchos primatólogos han llegado a la conclusión de que los primates -seguramente también otros muchos animales como delfines, ballenas, elefantes, caballos, ...- tienen conciencia de la trascendencia tras la “muerte”. Quizá el caso más conocido es del de Koko, un gorila hembra que nació en 1971 en la Fundación Gorila de California y que fue entrenada desde su primer año de vida para comunicarse con el lenguaje de signos, llegando a usar en el año 2016 más de 1000 palabras y comprendiendo más de 2000. Cuando murió la mascota de Koko, un gatito al que amaba profundamente, sus cuidadores aprovecharon para preguntarle qué pensaba sobre la muerte. ¿Dónde van los gatos o los gorilas cuando mueren? Su

respuesta fue “cómodo – sagrado – adiós”, es decir, van a un lugar sagrado para siempre. Y ante la pregunta ¿cómo se sienten los gorilas una vez que mueren? Koko respondió “sueño”.

Por tanto, podríamos deducir que los animales también tienen Alma, habiéndose escrito mucho sobre ello, también por numerosos teósofos. Al respecto, Juan Pablo II, en el año 1990 hizo unas sorprendentes declaraciones que fueron portada en muchos periódicos del mundo, siendo uno de los principales titulares en la prensa italiana: “El Papa abre el Cielo a los animales”. El 10 de enero de dicho año Juan Pablo dijo “Los animales también tienen un aliento vital recibido por Dios, bajo este aspecto el hombre salido de las manos de Dios aparece solidario con todos los seres vivientes, así el Salmo 103-104 no establece distinción entre los hombres y los animales...”.

Pues bien, que nos comamos o explotemos a tales criaturas hermanas, no hacen más que perturbar y retrasar nuestra propia evolución además de la de los animales que maltratamos. En 1913 el teósofo británico Charles Webster Leadbeater en su obra *Vegetarianismo y ocultismo* dijo lo siguiente: “El nutrir el cuerpo con carne hace de él un pésimo instrumento, y de este modo se colocan obstáculos en el camino del alma, puesto que se intensifican todos los elementos groseros y todas las pasiones bastardas pertenecientes a los planos inferiores.”

Por todo lo anterior, estoy en condiciones de poder afirmar que conforme avance nuestra propia evolución, en cuanto a la forma de alimentación que elijamos, así ayudaremos a la evolución de la especie humana y a la del resto de especies. Por tanto, en cierto grado, la forma de alimentarnos incide directamente, no solo en la evolución de todas las especies que compartimos el mismo planeta, sino también en la evolución de esta maravillosa Esfera planetaria. Por último, veamos cuáles son las etapas de la evolución de la alimentación humana por las que individual y colectivamente ya hemos pasado, aunque la gran mayoría todavía se encuentre en la etapa 1.

ETAPAS DE LA EVOLUCIÓN DE LA ALIMENTACIÓN HUMANA

ETAPA 1: Alimentación omnívora, donde las carnes, pescados, huevos y lácteos forman parte fundamental de la dieta, además de las plantas y sus frutos. Y en ciertas culturas también los insectos.

ETAPA 2: Alimentación ovo-lacto-vegetariana, donde ya no se concibe comer carnes y/o pescados, pero no así sus derivados: huevos y lácteos. Aquí el peso del alimento vegetal es mucho mayor que en la dieta omnívora y se le da mucha importancia a la alimentación saludable sin necesidad de sacrificar animales.

ETAPA 3: Alimentación vegana. Aquí desaparecen de la dieta todos los alimentos de origen animal, siendo por tanto estrictamente vegetariana. Además, el veganismo implica también dejar de consumir productos no alimenticios -ropa, calzado, testados con animales...- o actividades de ocio -circos, acuarios, fiesta del toro, carreras de animales...- que supongan la explotación animal. Y dentro de esta dieta podemos encontrar a los crudiveganos, quienes no cocinan sus alimentos, consumiéndose todo crudo o, como mucho, desecados después de largas horas expuestos directamente al sol o bien a través de un deshidratador eléctrico.

ETAPA 4: Alimentación frugívora. Ésta es un tipo de alimentación vegana extrema donde tampoco se consumen plantas, incluyendo esta dieta únicamente frutas frescas,

frutos secos y semillas. Las personas que siguen esta dieta comen sólo alimentos vegetales que son cosechados sin necesidad de extraer o cortar ningún tipo de planta.

ETAPA 5: **Alimentación solar**. Aquí no se ingiere ningún tipo de alimentos. Solo agua y luz solar. El yogui indio Hira Ratam Manek es uno de los mayores exponentes y divulgadores de esta técnica alimenticia a la que él llama *Sun Gazing*. Consiste en la exposición diaria a la luz del sol y mirarlo directamente, únicamente durante los primeros momentos tras su salida y en los últimos momentos antes del ocaso solar.

ETAPA 6: **Alimentación pránica**, donde algunas personas han demostrado y siguen demostrando que son capaces de vivir sin necesidad de tomar agua durante años. Incluso sin necesidad de tomar el sol durante algún tiempo. La clave está, en mi modesta opinión, en la preparación de ese Alma para que sus vehículos inferiores no precisen de aportes externos para mantener sus ciclos vitales. Tal y como dice el argentino Victor Truviano, la humedad que capta por los poros de su piel cuando se baña o ducha, así como la que capta a través de la respiración son suficientes para mantenerse hidratado. El caso más conocido es el del experimento al que se sometió al asceta hindú Prahlad Jani en los años 2003 y 2015, en un moderno centro médico de la India durante 15 días, donde un equipo de científicos que lo vigilaba durante las 24 horas de cada día, certificó que este señor aparte de no comer ni beber, tampoco generó nada para excretar ni orinar. Falleció en 2020 y según afirmaba en vida, estuvo desde 1940 sin ingerir ningún tipo de alimentos ni líquidos (2).

CONCLUSIÓN

En las próximas décadas, seremos testigos de una mayor consciencia alimentaria en el planeta, donde el número de veganos y frugívoros aumentará considerablemente, disminuyendo por tal motivo y de manera simultánea el sacrificio y explotación animal. Esto permitirá ir dejando atrás la primera y segunda etapa de la alimentación humana, para dar paso a una alimentación totalmente respetuosa con los Reinos mineral, vegetal y animal. A partir de entonces, la evolución simultánea de todos los Reinos (incluidos el humano y el de las Almas) avanzará con mayor celeridad. Para que ello sea posible, es necesario que tomemos consciencia de lo siguiente: tomar alimentos se debe convertir cada vez más en un acto de amor, gratitud y consciencia, en lugar de un mero acto de subsistencia o de impulso emocional.

NOTAS:

(1) <https://nuevarevolucion.es/alimentacion-etica-la-mas-justa-sostenible-saludable/>

(2) https://en.wikipedia.org/wiki/Prahlad_Jani?utm_source=copilot.com

.....

Web del Proyecto:

<https://sociedaddistopica.com/>

Todos los que compartimos y colaboramos en él lo hacemos en forma gratuita. Puedes ayudarnos aportando **1 euros al mes** a través de la plataforma Teaming:

<https://www.teaming.net/distopica>

.....