

# el ojo interior

SEMILLAS PARA LA **CONSCIENCIA** CIUDADANA



Distribución Gratuita

## Salvemos el Alma del Perú



**AHAD**  
Consultoría Integral



Promoviendo el compromiso con la Educación, la Salud y la Protección de la Naturaleza

# La felicidad sostenible

*Sabemos que la verdadera felicidad permanente no puede existir  
mientras los otros sufren,  
y procede solamente de servir a los demás,  
de vivir en armonía con la naturaleza  
y de darnos cuenta de nuestra sabiduría innata  
y de la auténtica y brillante naturaleza de nuestras mentes.*

**NUEVA CONSTITUCIÓN DE BUTÁN (JIGME THINLEY, PRIMER  
MINISTRO DE BUTÁN)**

**L**a felicidad florece cuando vivimos vidas sostenibles, cuando estamos buscando siempre maneras en las que podamos dar en vez de adquirir. Cuanto más damos, más tenemos, ya sea tiempo, amor, perdón o felicidad. Cuando encontramos aquello que hace cantar a nuestros corazones, queremos compartirlo. Si damos inicio a algo que es bueno para el mundo, aunque sea de la manera más humilde, otros se verán atraídos por nuestros actos.

¿Podemos comenzar a adoptar maneras de vivir que no solo fomenten nuestra propia felicidad sino que también sean buenas para nuestro entorno, pensando en las futuras generaciones? ¿Puede la felicidad ser sostenible, en vez de obtenerse a expensas de los demás o del mundo? Desde mi punto de vista, si observamos nuestras vidas y pensamos en las maneras que podríamos ser amigables –con la naturaleza, con la otra gente y con nosotros mismos–, no viviremos solamente una gran vida, sino que además será una vida feliz.

Para mí, el ejemplo del medioambiente ilustra muy bien este punto. Hablamos de ser amigos del medioambiente, pero en realidad no hacemos un esfuerzo para conectar con la naturaleza. A veces me pregunto lo siguiente: si la naturaleza tuviese una página de Facebook, ¿cuántos seguidores congregaría y cuántos de ellos saldrían y se comunicarían con la naturaleza real?.

Amar la naturaleza es salir y entenderla, valorarla y aprender sobre ella. Si no hacemos esta conexión desde nuestros corazones, todo lo demás no es otra cosa que un espectáculo superficial. He conocido a muchos que hablan de “ser amigos del medioambiente” o de “ser ecológicos” pero que ni siquiera salen a entender la naturaleza. ¿Cómo vas a hacer amigos si no te conectas con ellos y si no os encontráis? No hay otra solución que conectar y encontrarse.

Lo primero a lo que animo a la gente es a que esté cerca a la naturaleza tanto como pueda, puesto que sin ella no podemos sobrevivir. La naturaleza nos ayuda a cuidar de nuestras mentes, así que es importante que, de manera recíproca y a cambio, hagamos todo lo que esté en nuestras manos para ayudarla. Nuestro medioambiente nos proporciona el aire que respiramos, la comida que ingerimos y nuestras viviendas. Cuando nos sumergimos en la naturaleza, sea cual sea la manera en la que podamos hacerlo, establecemos la conexión con ella tanto por medio de nuestras mentes como por medio de nuestros sentidos; entonces empezamos a comprender realmente lo interdependiente que es todo y cómo es solo gracias a la amistad, tanto con la naturaleza como con los demás, como podemos ser felices.

Si cada uno de nosotros no pone su pequeño grano de arena cuidando unos de otros y de velar por la naturaleza –la cual hace tanto para protegernos a nosotros–, ¿cómo podemos ser verdaderamente felices? Cada aportación individual se añade al esfuerzo colectivo; sin lo primero es imposible tener lo segundo, y es por eso por lo que creo tan firmemente que cada uno de nosotros puede marcar una diferencia. Con este fin a veces necesitamos recordarnos el panorama global, mientras que en otras ocasiones tenemos que acordarnos de mirar dentro y alimentar nuestra propia sabiduría y naturaleza interior. Todo es cuestión de equilibrio y de comprender la relación entre nosotros como individuos y el mundo.

**FUENTE: LA FELICIDAD EMPIEZA EN TU MENTE - SU SANTIDAD GYALWANG DRUKPA, EL GUARDIÁN DEL HIMALAYA, ACTIVO AMBIENTALISTA, EDUCADOR Y LÍDER ESPIRITUAL DEL LINAJE BUDISTA DRUKPA. FUNDADOR DEL MOVIMIENTO INTERNACIONAL VIVIR PARA AMAR.**

No hemos venido aquí  
a capturar prisioneros,  
sino a rendirnos aún más  
profundamente  
a la libertad y al gozo.

No hemos venido a este mundo exquisito  
para mantenernos rehenes del amor.

Corre, querido mío.  
Lejos de todo aquello que  
no fortalezca tus preciosas alas en flor.  
Corre todo lo que puedas, mi querido,  
de cualquiera que quiera  
clavar un afilado cuchillo  
en la visión sagrada y tierna,  
de tu bello corazón.

Tenemos el deber de encariñarnos con  
aquellos aspectos de la obediencia  
que quedan afuera de nuestra casa,  
y de gritarle a nuestra razón:  
“¡Por favor, por favor, sal a jugar!”

Porque no hemos venido aquí  
a capturar prisioneros,  
ni a limitar  
nuestro fabuloso espíritu,  
sino a experimentar  
siempre más y más profundamente  
nuestro divino coraje,  
libertad  
y Luz!

**FUENTE: HAFIZ - POETA PERSA Y MAESTRO SUFÍ**



# Los Cinco Entrenamientos hacia la Plena Consciencia

**L**os Cinco Entrenamientos hacia la Plena Consciencia son la base de una vida feliz. Ofrecen la manera de proteger la vida y de hacerla bella. Siguiendo este camino cultivamos el amor y la felicidad, y ayudamos a los demás a hacer lo mismo.

Los Cinco Entrenamientos nos permiten profundizar en nuestra comprensión del interser de todas las cosas y comprender mejor que nuestra felicidad es interdependiente de la felicidad del otro. El interser no es una teoría sino una experiencia vivida por los grandes seres, budistas y no budistas. El misterio del interser puede ser vivido en cada momento por cada uno de nosotros: no existimos como entidades separadas, somos interdependientes de todo el cosmos. Estamos tejidos en la Tela del Interser: cada entidad del universo existe únicamente porque existen las demás entidades.

La práctica de los Cinco Entrenamientos hacia la Plena Consciencia es también un entrenamiento de la concentración y de la visión profunda. Así nos da acceso a la visión del interser que nos libera de todo miedo y de toda separación.

Estos entrenamientos no son mandamientos. Es importante recibirlos y vivirlos con apertura de espíritu, con flexibilidad y sin dogmatismo, teniendo en cuenta las posibles excepciones.

## Primer entrenamiento: reverencia hacia la vida.

Consciente del sufrimiento causado por la destrucción de la vida, me comprometo a cultivar la visión profunda del Interser y la compasión y a aprender formas de proteger la vida de personas, animales, plantas y minerales. Estoy determinado a no matar, a no dejar que otros maten y a no apoyar ningún acto de violencia en el mundo, en mi pensamiento o en mi modo de vivir. Al observar que las acciones que causan daño surgen de la rabia, del miedo, la avaricia y la intolerancia, y que, a su vez, estas surgen de una forma de pensar dualista y discriminatoria, cultivaré la amplitud de miras, la no-discriminación y el no-apego a puntos de vista para poder transformar la violencia, el fanatismo y el dogmatismo en mí mismo y en el mundo.

## Segundo entrenamiento: verdadera felicidad.

Consciente del sufrimiento causado por la explotación, la injusticia social, el robo y la opresión, me comprometo

a practicar la generosidad en mi pensamiento, en mi habla y en mis actos. Estoy determinado a no robar y a no poseer nada que pertenezca a los demás y a compartir mi tiempo, energía y recursos materiales con aquellos que los necesiten. Practicaré la visión profunda para ver que la felicidad y el sufrimiento de los demás no están separados de mi felicidad y sufrimiento y que la verdadera felicidad no es posible sin la comprensión y la compasión, y que perseguir la riqueza, fama, poder y placeres sensuales pueden acarrear mucho sufrimiento y desesperanza. Soy consciente de que la felicidad depende de mi actitud mental y no de condiciones externas y de que puedo vivir felizmente en el momento presente acordándome de que ya poseo las suficientes condiciones para ser feliz. Me comprometo a practicar el Sustento Correcto de forma que pueda reducir el sufrimiento de los seres vivos de la Tierra y de dar marcha atrás al proceso del calentamiento global.

## Tercer entrenamiento: verdadero amor.

Consciente del sufrimiento causado por una conducta sexual inapropiada, me comprometo a cultivar la responsabilidad y a aprender medios de proteger la seguridad e integridad de individuos, parejas, familias y la sociedad. Al reconocer que el deseo sexual no es necesariamente expresión de amor y que la actividad sexual motivada por el deseo compulsivo me dañan tanto a mí como a los demás, estoy determinado a no comprometerme en relaciones sexuales sin amor y sin un profundo compromiso a largo plazo, conocido tanto por mi familia como por mis amigos. Haré todo lo que esté en mi mano para proteger a los niños del abuso sexual y para prevenir que las parejas y familias se rompan a causa de una conducta sexual inapropiada. Consciente de que el cuerpo y la mente son uno, me comprometo a aprender formas apropiadas de cuidar de mi energía sexual y a cultivar la bondad, la compasión, la alegría y la inclusividad, que son los cuatro elementos básicos del verdadero amor, para mi mayor felicidad y la mayor felicidad de los demás. Practicando el verdadero amor sabemos que continuaremos de una forma hermosa en el futuro.

## Cuarto entrenamiento: habla amorosa y escucha profunda.

Consciente del sufrimiento causado por la palabra irreflexiva y por la falta de habilidad para escuchar a los demás, me comprometo a cultivar un habla amorosa y una escucha compasiva que alivien el sufrimiento y promuevan la reconciliación y la paz en mí mismo y en

otras personas, etnias, grupos religiosos y naciones. Consciente de que las palabras pueden crear felicidad o sufrimiento, me comprometo a hablar con honestidad y a utilizar palabras que inspiren confianza, alegría y esperanza. Cuando la ira se manifieste en mí, estoy determinado a no hablar. Practicaré la respiración y el caminar en Plena Consciencia para poder reconocer y mirar profundamente en mi ira. Reconozco que las raíces de la ira se encuentran en mis percepciones erróneas y en la falta de comprensión de mi propio sufrimiento y el de la otra persona. Hablaré y escucharé de tal forma que pueda ayudarme y ayudar al otro a liberarse del sufrimiento y a encontrar caminos para salir de situaciones difíciles. Estoy determinado a no difundir noticias de las que no tenga certeza y a no mencionar palabras que puedan causar división o discordia. Practicaré la Diligencia Correcta para nutrir mi capacidad de comprensión, amor, alegría e inclusividad de manera que me ayuden a transformar gradualmente la ira, violencia y miedo que yacen profundamente en mi consciencia.

## Quinto entrenamiento: consumo consciente y salud.

Consciente del sufrimiento causado por un consumo irreflexivo, me comprometo a practicar la plena consciencia en el comer, beber y consumir para cultivar la buena salud tanto física como mental en mí mismo, mi familia y sociedad. Practicaré la visión profunda en mi forma de utilizar los cuatro tipos de consumo: alimentos, impresiones sensoriales, volición y consciencia. Me comprometo a no consumir alcohol, drogas, juegos de azar, así como otros productos tóxicos tales como ciertas páginas web, programas de televisión, películas, revistas, libros y conversaciones. Practicaré la vuelta al momento presente para ponerme en contacto con los elementos refrescantes, saludables y edificantes que se encuentran a mi alrededor y dentro de mí. No dejaré que la culpabilidad y la tristeza me arrastren al pasado, ni que la ansiedad, el miedo ni el deseo irreflexivo me alejen del momento presente. Me comprometo a no tratar de compensar mi soledad, mi angustia y otros sufrimientos mediante el consumo irreflexivo. Contemplaré la naturaleza del Interser y consumiré de tal forma que preserve la paz, la alegría y el bienestar en mi cuerpo y la consciencia colectiva de mi familia, sociedad y de nuestro planeta Tierra.

FUENTE: THICH NHAT HANH,  
POETA, ACTIVISTA Y MAESTRO BUDISTA.

# El alumbramiento de la Nueva Era

Jorge Chávez Peralta

El fenómeno astronómico de la precesión equinoccial determina el retroceso del Sol, en su recorrido por la eclíptica, a un promedio de 72 años por cada grado; por lo tanto, después de 2,160 años se coloca frente a un nuevo signo zodiacal. Según la doctrina hinduista de los ciclos cósmicos, este factor marca la aparición de las eras en la Historia. (Consúltese: René Guenon, *Formas Tradicionales y Ciclos Cósmicos* y Serge Raynaud, "Simbolismo Astral", tomo XVIII, *Propósitos Psicológicos*).

Los dos mil años precedentes el Sol recorrió la constelación de Piscis y su producto fue la cultura cristiana. Se caracterizó por el imperativo de la Fe, el antagonismo entre ciencia y religión, la exaltación de la individualidad, el tabú sexual. El 21 de marzo de 1948 el Sol se ubicó frente a la constelación de Acuario. El nuevo ciclo histórico trajo características diferentes: el imperativo del Saber, el acercamiento de ciencia y religión, el predominio del trabajo corporativo, la naturalidad de la sexualidad. Si el enfoque basado en las influencias del macrocosmos sobre la Tierra parecería cuestionable, no puede negarse que los ciclos históricos se corresponden con un "clima cósmico" y, este, con una cultura.

Aunque los cambios para el advenimiento de la Era de Acuario se operaron a partir del siglo XV (el Racionalismo y el Humanismo fueron sus primeras manifestaciones), a mediados del siglo XX, coincidiendo con el término de la Segunda Gran Guerra, los inusitados avances científicos y tecnológicos, el auge de las comunicaciones, los cambios en la manera de vivir (el hippismo, por ejemplo) y en las formas de relacionarse (Consúltese: Alvin Toffler, *El shock del futuro*) constituyeron una clarinada inequívoca; asimismo, las nuevas concepciones en el pensamiento, el arte y la religión. Sin duda, la Historia había empezado a caminar por otro rumbo. Para bautizar el fenómeno se ensayaron varias denominaciones: "Era Atómica", "Era Espacial", "Era Cibernética", "Era de las Comunicaciones". Quizá en un futuro no muy lejano simplemente se la llame, con más propiedad, "Era del Conocimiento".

## El ingrediente esotérico

En este abanico de novedades, el conocimiento esotérico ocupa un lugar de privilegio. Proyectado desde Oriente, calificado de herético, asociado con la magia, la brujería y el satanismo, mereció desprestigio, persecuciones, condenas por parte de la Iglesia Católica y debió refugiarse en la clandestinidad. Durante el Medioevo y la Edad Moderna encontró un canal en Órdenes Iniciáticas como la Masonería, los Caballeros del Templo y la Orden Hermética de la Rosa y la Cruz. A principios del siglo XIX, en el crepúsculo auroral de la Era de Acuario, debido a su tónica de Síntesis Cultural y a la demanda para cubrir el déficit de espiritualidad (Nietzsche había decretado la muerte de Dios y Marx afirmaba que todo dependía de la economía), el acervo esotérico de Oriente encontró mejores condiciones para su difusión en Occidente.

Hay que otorgar el crédito de pionera a la Sociedad Teosófica. Las obras de Helena Blavatsky, Annie Besant, Krishnamurti, Charles Leadbeater, Arthur Powell (se podría mencionar otros teósofos ilustres) ofrecieron noticias sobre hinduismo védico, budismo tibetano, simbolismo arcaico, anatomía oculta, planos hiperfísicos y cultura del pensamiento; en la línea del Yoga, las obras de Sri Aurobindo y Vivekanda calaron en el gran público; George Gurdjieff, Pedro Ouspensky y Maurice Nicoll, con la controvertida enseñanza del Cuarto Camino, conmocionaron el ambiente intelectual de Europa. Occidente respondió con entusiasmo el mensaje de espiritualidad venido de Oriente. Reconocieron el valor de este conocimiento y contribuyeron a divulgarlo: Rene Guenon, Carl Jung, William James, Julius Evola, Karlfried Durckheim, Alan Watts, Teilhard de Chardin, Aldous Huxley, Carl Rogers, Abraham Maslow....

Además de la difusión bibliográfica, ha involucrado la proyección de disciplinas marciales (karate, judo, kung fu), artes (bonsai, feng shui), terapias (shiatsu, reiki, acupuntura) y técnicas de autoconocimiento (la meditación, Yoga). Sería una necedad negar la presencia de Oriente en Occidente.

## Psicología trascendental

El conocimiento esotérico se sustenta en un andamiaje teórico, pero apunta a un objetivo práctico: despertar al hombre de su sueño psicológico habitual, liberarlo de la realidad ilusoria (*maya*, el espejismo del mundo fenoménico) y permitirle la experiencia individual de la verdad, esa que, según Jesús, nos concede libertad auténtica.

La Psicología actual –más dedicada a las patologías– aún no acepta la premisa de que la raíz de nuestra enfermedad es haber perdido contacto con nuestro Ser. Dependemos demasiado de la mente, del ego, de los sentidos y, por eso, nos hallamos sumidos en un estado semiconsciente, no somos felices y cometemos más desatinos de los que quisiéramos. Felizmente, siempre ha existido la Psicología de los Budas, una metodología para lograr el Conocimiento de Sí, el despertar del Ser, encontrar a Dios (el Reino de los Cielos) dentro de nosotros como Silencio, Paz y Felicidad.

El interés prioritario de la Nueva Era será la Psicología de la Consciencia. Se fundamentará en un axioma de la Tradición Iniciática: El hombre nace como un ser autodesarrollante; condenado a vivir psicológicamente dormido por el condicionamiento de la sociedad. Pero por su propio esfuerzo y la ayuda del Conocimiento Superior es capaz de lograr la Consciencia de Sí, la experiencia de la Verdad (*samadhi*, el *satori*, la Iluminación, Consciencia Cósmica, Experiencia Oceánica).

El desarrollo de la Consciencia será una tarea importantísima, porque solo un hombre despierto es una garantía de generar acciones correctas. La mente y el ego de un hombre "dormido" solo agregan más locura al mundo. Con su lucidez de genio advertía Albert Einstein: "Los problemas importantes no pueden resolverse al mismo nivel del pensamiento que los creó".

## Otro modelo del universo

La interpretación de la Realidad con las leyes de la física clásica ha sido superada por la concepción aportada por la física cuántica (Consúltese: Fritjof



Capra, *El Tao de la física*). El universo es un océano de energía donde todo está relacionado. No hay división entre el espíritu y la materia. Dios y mundo, inteligencia y sentidos, cielo y tierra son formas de una misma energía. Todo es Uno.

### Temores

Algunos ven en el llamado “Pensamiento Nueva Era” (*New Age*) un signo apocalíptico; otros, una expresión decadente de la postmodernidad o una moda para mentes atraídas por lo exótico; lo rechazan quienes lo consideran una amenaza para sus creencias religiosas, califican al esoterismo de supercherías asociado con prácticas diabólicas; además, como un terreno para la proliferación de impostores.

Si es cierto que de cada cien gurúes solo uno es verdadero, los temores resultan exagerados. El rasgo esencial de la Historia radica en el cambio; su dinámica exige superar paradigmas obsoletos. La crisis actual tiene una raíz: la carencia de espiritualidad; Occidente es una sociedad profana, desacralizada, materialista, consumista, frívola, caótica, violenta y donde reina un absoluto desinterés por la búsqueda de la Verdad. Solo los ciegos y los estúpidos pretenderían conservarla.

### Esperanzas

Como el tiempo transcurre y todo cambia, la noche sombría está quedando atrás; la Era de Piscis agoniza y, cada vez más, se advierte la insatisfacción por las ofertas de una sociedad donde impera –lo demostró con argumentos irrefutables Erich Fromm– un marcado predominio del tener sobre el ser. Urge invertir ese orden.

La Nueva Era ofrecerá cambios en todas las ciencias, la filosofía, la educación, el arte y la política; pero el más importante deberá operarse en el concepto de Religión. Ya no será creencia, tradición, costumbres, sino una vía de autorrealización ontológica. “El viaje espiritual –puntualizaba al respecto Aldous Huxley– no consiste en llegar a un nuevo destino en el que una persona obtiene lo que no tenía, o se convierte en lo que no es. Consiste en la disipación de la propia ignorancia sobre el ser y la vida de cada cual, y en el gradual aumento de esa comprensión que inicia el despertar espiritual. Encontrar a Dios es llegar al propio Ser”.

La Nueva Era está naciendo; es una realidad inminente, pero en ciernes. La agonía y los estertores de la Era de Piscis aún nos afectan. Sin embargo, no deberían sumirnos en el pesimismo y la desesperanza. Los malestares, en este amanecer del siglo XXI, deberían interpretarse como los dolores de alumbramiento de una nueva cultura adecuada a los imperativos cósmicos.

Siente ◀

# Idiocia: el país de los idiotas

## Ayudaos los unos a los otros

En Idiocia es normal el deseo de sentirse ansioso.

Las instituciones que se ocupan de la escuela, del trabajo y de la cultura favorecen de hecho este estado hasta el punto de convertirlo en una especie de ley silenciosa.

Así, un idiota que sienta dentro de sí un estado de ansiedad amortiguado o bajo, siempre encontrará la ocasión de “rehacerse” hasta sentirse convenientemente ansioso y tenso. Los otros idiotas, como funcionan con el mismo modelo, se ayudan entre sí para conservar siempre su querida ansiedad.

## La atracción del sufrimiento

Es muy habitual en Idiocia el hecho de sufrir y esmerarse por mantener el sufrimiento. Se trata de un programa, un condicionamiento, muy bien implantado y transmitido. La idea de sentirse bien emocionalmente se considera totalmente imposible.

Así, nuestros idiotas se las apañan, con sus actividades, sus reacciones y sus conversaciones, para que el sufrimiento esté siempre presente y activo.

## La cultura del miedo

- Tengo miedo a tantas cosas, que no sé cuál nombrar en primer lugar.
- De hecho, lo que ocurre es que simplemente tienes miedo; vives en el miedo ¡Como yo!
- Sí, y hasta tal punto el miedo forma parte de mí, que no concibo cómo podría ser de otra manera.
- Me pasa exactamente lo mismo: sin miedo, no sería capaz de reconocermelo.

## Ser uno mismo

En Idiocia, es norma que nadie sea verdadera y profundamente él mismo. La idea es más bien adaptarse de manera permanente a lo que los demás esperan de uno.

Así, un idiota con profundos deseos de ser libre y autónomo entraría enseguida en conflicto consigo mismo, por el hecho de que, en el país de los idiotas, ser uno mismo es algo desconocido e inconcebible.

## Solidaridad

- Vivo bastante bien; tengo un buen sueldo y soy insensible a la miseria que me rodea.
- Sí; ¡nuestro buen egoísmo habitual!
- ¡Efectivamente! Se trata de vivir siempre en función de nuestros propios intereses, como es tradición en nuestro país.

## Distracción idiota

- Menos mal que tenemos el sufrimiento para distraernos; si no, estaríamos como vacíos.
- Sí; el sufrimiento ocupa mucho espacio en nuestro país.
- Y sabemos cultivarlo muy bien; producirlo, mantenerlo, hacerlo crecer...
- Por eso somos un país con verdaderas señas de identidad: sufrimiento y tensión emocional.
- ¡Qué bueno! ¡No podría ser de otra manera!

AZIZ DJENDLI

# Las Javieras y los Andrónicos

## Crónica de un viaje a Chile

Alberto Benavides Ganoza

Entre mis recuerdos viejos está un viaje de mis padres a Chile, hacia 1970. Mi madre que ha sido siempre intensa en sus sentires (como buena mochera) regresó hablando de la envidia que le producía Chile. Ya entonces Chile nos llevaba ventaja: un país de clase media, de gente blanca, con mucho de alemán y de inglés.

Efectivamente Chile es un referente para la envidia de los peruanos, y viceversa. Cosa de vecinos: Chíncha rivaliza con Cañete, Barranco con Miraflores, Francia con Alemania, etc.

Chile es un país moderno, casi civilizado. Sus señales: nadie toca claxon, los carros paran en las cebras peatonales, todos compran en Cencosud; los grandes malls de Santiago y hasta los de La Serena son como los del primer mundo; los carros son mucho más nuevos que en el Perú; el ingreso per cápita de un chileno es más del doble del peruano. Supongo que las cifras que manejan los economistas han de reflejar esta realidad. Chile es 80 (no recuerdo qué), el Perú espera llegar a 60 en su gobierno, dijo el presidente del Perú.

A mi llegada a Santiago en una amable reunión con la familia de mi señora, uno de los comensales me habló con verdadera admiración que ya habían construido un túnel debajo del Mapocho y lo increíble es que “ni siquiera gotea”. Quedó muy sorprendido cuando le dije que eso a mí no me impresionaba y más aún con ánimo de escandalizar, le dije que yo no creía en el progreso.

Y efectivamente no creo en ese progreso que significa seguir con la religión del petróleo que nos han vendido los gringos.

Mi convicción es más bien que la codicia capitalista acabará con el planeta a no ser que una consciencia meditante irrumpa por el favor de los dioses y de las musas inspiradoras, que los poderosos del mundo decidan poner freno a su codicia. Muchos lectores habrán de pensar que es mi ingenuidad lo que no tiene límite. Entonces, hinaptin, no quedará otra sino que consumaremos la destrucción del planeta.

Sembremos un poco de ingenuidad y pensemos, como Tolle, que está surgiendo una consciencia a la vez ecológica y espiritual: es el renacer de viejas

religiones que tuvieron a la tierra por sagrada y que vivieron sin el estruendo del mundo moderno. La causa agrícola es también espiritual: el hombre es el jardinero del planeta.

2

Los peruanos se comparan con los chilenos; a los chilenos de ahora les importamos poco, salvo quizás por la gastronomía... y los negocios: en el Perú está por hacer, o a medio hacer, lo que ya hicieron en Chile.

Lo que habría que preguntar es si el camino del progreso por el que apuestan las burguesías tanto peruanas como chilenas, es el apropiado; preguntar si la vida humana de las ciudades es o no la que conviene al futuro de nuestros nietos. Silencio y meditación necesitamos.

3

Es ciertamente una caricatura como la que hace Vargas Llosa en *Cinco esquinas*, pero las burguesías se parecen, solo que los carros son un poco más finos en Santiago. Las Javieras y los Andrónicos serían en el Perú las Patricias y los Dionisios. Es pues esa clase social a la que pertenezco y la que quisiera que fuera mejor, más inteligente, menos codiciosa; que cumpliera una función educativa con sus pueblos. No esta burguesía de las revistas que con tan espantoso lujo nos ofrecen en los consultorios médicos.

4

*...donde hay prosperidad sin  
austeridad hay violencia,  
hay todas las formas de lujo inmoral:  
es la sociedad que está  
completamente corrompida*

Krishnamurti

Urge una labor educadora si queremos conservar nuestros países, nuestra “identidad”. Pero es más que eso: urge sembrar en la tierra árboles de frutas variadas; urge cultivar noblemente las tierras, cuidando a la Pachamama.

En realidad urge un despertar pensante meditativo que nos vuelva a señalar la existencia poética que los dioses soñaron para nosotros.

Rechacemos (con amor por las personas) las doctrinas contrarias a la vida. Practiquemos el amor que nos despiertan todas las cosas y los seres. Florezcamos con la tierra.

De las burguesías del Perú y de Chile saldrán seguramente líderes auténticos que conduzcan con inteligencia y astucia a conservar y hacer un paraíso de estas tierras.

Volvemos al viejo Platón: el rey filósofo, el consejo de ancianos. Poco ha cambiado.

Lo esencial es la educación, todos lo repiten. Dos ejemplos a seguir para las burguesías peruanas y chilenas: Gabriela Mistral y Abraham Valdelomar. Quienes representamos a Occidente, o sea las burguesías, tenemos en estos países la obligación de hacer mejores, es decir, educar, a nuestros pueblos. Con eso buscamos: una nueva conquista que “sea más sinceramente humana, sagaz, efectiva, de cruzada pacífica, de ilustración generosa” (dice Martín Adán), donde escuchándonos y escuchando la vida de la tierra, florezcamos.





# Simplemente sirve a la Naturaleza y todo irá bien

La extravagancia de los deseos es la causa fundamental que ha conducido al mundo a su difícil situación actual. Rápido mejor que lento, más mejor que menos, este “desarrollo” superficial está directamente relacionado con el colapso inminente de la sociedad. Solamente ha servido para separar al hombre de la naturaleza. La humanidad debe detener el fomento del deseo de posesiones materiales y ganancias personales y moverse en su lugar hacia el conocimiento espiritual.

La agricultura debe evolucionar de las grandes explotaciones mecanizadas hacia las pequeñas explotaciones apegadas solamente a la vida en sí misma. A la vida material y a la dieta se les debe dar un lugar simple. Si se hace esto, el trabajo se hace agradable y el descanso espiritual se vuelve abundante.

Cuanto más aumenta el agricultor su escala de operaciones más se disipa su cuerpo y espíritu y más se aleja de una vida espiritualmente satisfactoria. Una vida practicando la agricultura a pequeña escala puede parecer primitiva, pero viviendo una vida de este tipo se hace posible contemplar el Gran Camino (El camino de sabiduría espiritual que implica atención y cuidado en las actividades ordinarias de la vida diaria).

Yo creo que si uno examina a fondo su propio entorno y el mundo cotidiano en el que vive, le será revelado el mayor de los mundos.

Al final del año, el agricultor de antaño con 0.5 ha pasaba enero, febrero y marzo cazando conejos en las montañas. A pesar de que se le llamaba agricultor pobre, todavía tenía este tipo de libertad. La fiesta de Año Nuevo duraba cerca de tres meses. Gradualmente estas vacaciones se redujeron a dos meses, un mes, y ahora el Año Nuevo es una fiesta de tres días.

El acortamiento de la fiesta de Año Nuevo indica cuán ocupado está el agricultor, cómo ha perdido su serenidad física y su felicidad espiritual.

No hay tiempo en la agricultura moderna para que un agricultor escriba un poema o componga una canción. El otro día me sorprendió el notar mientras estaba limpiando el altar de la aldea, de que hubiera algunas placas colgadas en la pared. Cepillando el polvo mirando a las deslustradas tenues letras, pude llegar a leer docenas de poemas “haiku”. Incluso en una pequeña aldea como esta veinte o treinta personas habían compuesto “haiku” y los habían presentado

como ofrendas. Esto señala cuántas posibilidades tenía la gente en sus vidas en los tiempos antiguos. Algunos de los versos deben tener varios siglos. Ya que hace tanto tiempo de esto, ellos eran probablemente agricultores pobres, pero todavía tenían tiempo libre para escribir “haiku”.

Ahora no hay nadie en esta aldea con suficiente tiempo para escribir un poema. Durante los fríos meses de invierno, solamente unos cuantos aldeanos pueden encontrar tiempo suficiente para salir un día o dos a cazar conejos. Ahora, para el descanso la televisión es el centro de atención, y no hay tiempo en absoluto para los pasatiempos que enriquecían la vida diaria del agricultor. Esto es lo que quiero expresar cuando digo que la agricultura se ha convertido en algo espiritualmente pobre y débil; solamente se preocupa del desarrollo material.

Lao Tse, el sabio taoísta, dice que una vida plena decente puede vivirse en una pequeña aldea. Bodhidharma el fundador del zen, se pasó nueve años viviendo en una cueva.

Preocuparse por hacer dinero, expandir, desarrollar, hacer cultivos comerciales y venderlos, no es el camino del agricultor. Estar aquí, atendiendo un pequeño campo, en completa posesión de la libertad y plenitud de cada día, todos los días –este debe de haber sido el camino original de la agricultura–.

Partir la experiencia por la mitad y denominar una mitad física y la otra espiritual es limitante y confuso; la gente no vive dependiendo de la comida. En el fondo no podemos saber lo que es la comida. Sería incluso mejor si la gente parase de pensar en la comida.

De la misma forma estaría bien si la gente parase de preocuparse en descubrir el “verdadero significado de la vida”: nosotros no podemos saber nunca las respuestas a las grandes cuestiones espirituales, pero está bien el no entenderlas. Hemos nacido y estamos viviendo en la tierra para enfrentarnos directamente a la realidad del vivir.

El vivir no es más que el resultado de haber nacido. Ya sea que la gente coma para vivir, o que piense que debe comer para vivir, esto no es nada más que algo que ellos han pensado. El mundo existe de tal forma que si la gente pusiese de lado su voluntad humana y en su lugar fuese guiado por la naturaleza, no habría razón para pasar hambre.

Justamente vivir aquí y ahora –este es el verdadero fundamento de la vida humana– cuando un ingenuo conocimiento científico se convierte en el fundamento de la existencia, la gente comienza a vivir como si solamente dependiera de azúcares, grasas y proteínas, y las plantas de nitrógeno, fósforo y potasio.

Y los científicos, no importa cuánto investiguen la naturaleza, no importa cuán lejos vayan con la investigación, solamente llegan a darse cuenta al final cuán perfecta y misteriosa es realmente la naturaleza. Creer que mediante la investigación y la invención la humanidad puede crear algo mejor que la naturaleza es una ilusión. Yo creo que la gente está luchando por llegar a conocer lo que se podría denominar la vasta incomprendibilidad de la naturaleza.

Así que el lema para el agricultor en su trabajo es: Sirve a la naturaleza y todo irá bien.

La agricultura fue antaño un trabajo sagrado. Cuando la humanidad se apartó de su ideal, apareció la moderna agricultura comercial. Cuando el agricultor comenzó a hacer cultivos para ganar dinero, entonces olvidó los verdaderos principios de la agricultura.

Desde luego el comerciante tiene un papel que jugar en la sociedad, pero la glorificación de las actividades mercantiles tiende a conducir a la gente lejos de un reconocimiento del verdadero origen de la vida.

La práctica de la agricultura, por ser una ocupación que tiene lugar en la naturaleza, está cerca de su origen. Muchos agricultores son inconscientes de la naturaleza incluso aunque vivan y trabajen en ambientes naturales, pero me parece a mí que la práctica de la agricultura ofrece muchas oportunidades para un mayor conocimiento de esta.

*“Si el otoño traerá viento o lluvia, yo no puedo saberlo, pero hoy estaré trabajando en los campos”.*

Esta es la letra de una vieja canción popular que expresa la verdad de la agricultura como un medio de vida. No importa el resultado de la cosecha, ni si habrá suficiente o no para comer, ya que hay alegría en el hecho de sembrar y de cuidar tiernamente las plantas bajo la dirección de la naturaleza.

FUENTE: LA REVOLUCIÓN DE UNA BRIZNA DE PAJA –  
MASANOBU FUKUOKA





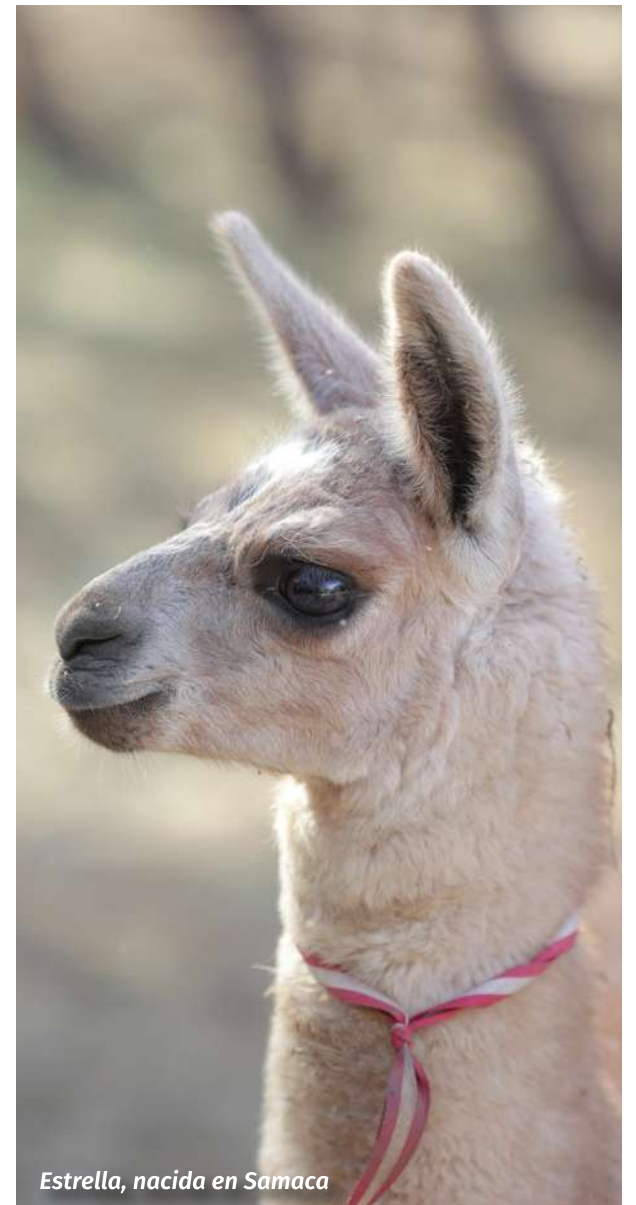
# Samaca: vida y poesía



Olivos



Tomatillos silvestres



Estrella, nacida en Samaca

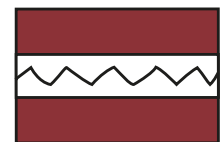


# en el valle bajo de Ica

José Carlos Orrillo



Huaca ciudadela de Samaca



**SAMACA**

Orgánico / Artesanal

Av. Tejada 510 – Barranco – Lima

f Samaca Orgánico

**Samaca es un espacio netamente agrícola y no un lugar turístico**



# Ida y vuelta a Samaca

Luis Eduardo García

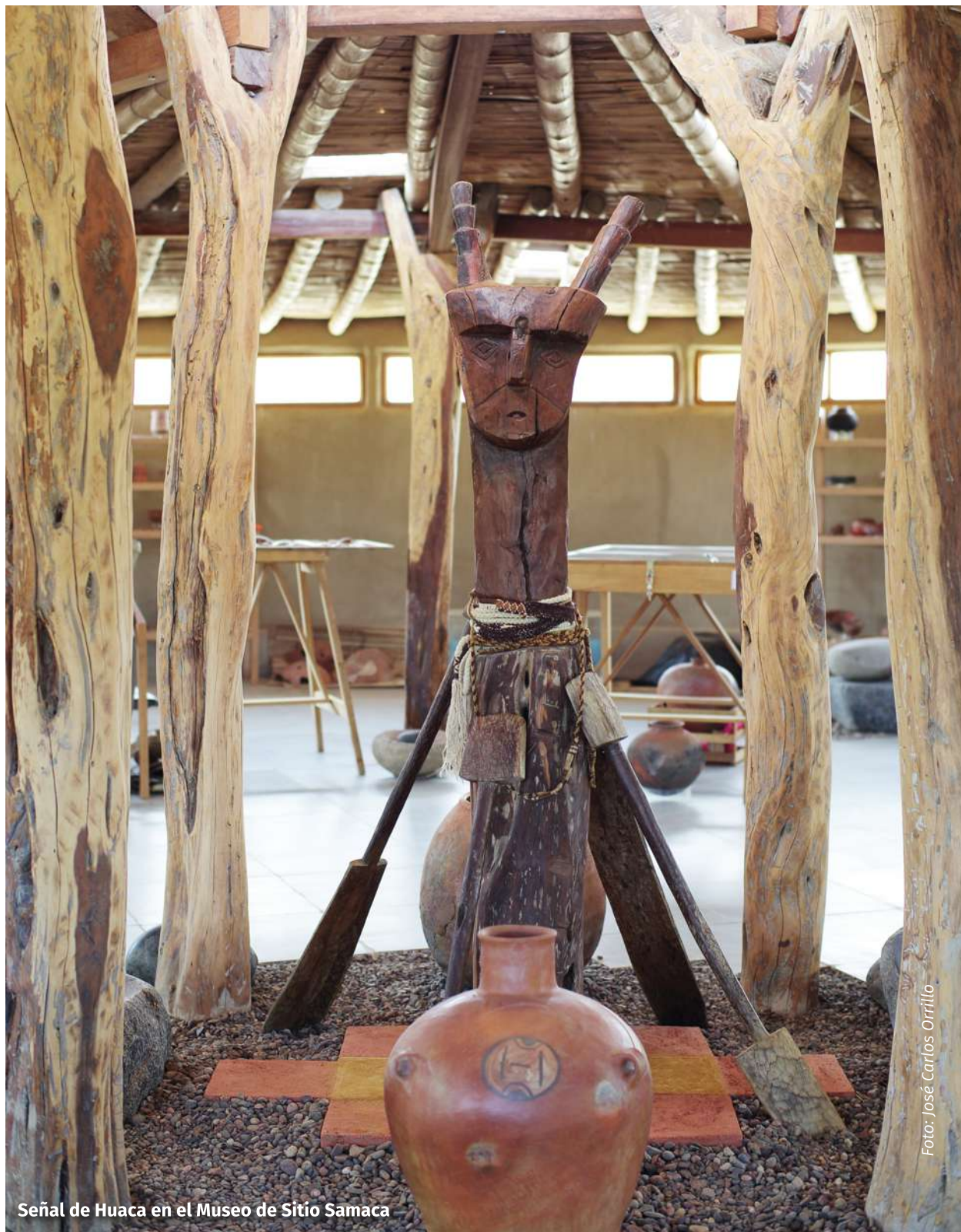
**H**ace miles de años, los antiguos hombres que poblaron el desierto de Ica tuvieron que cultivar una tierra donde no abunda precisamente el agua, convivir con un sol que permanece en el firmamento más tiempo que en otros lugares del Perú y resistir los embates de las paracas que surgen de las entrañas de la arena con fuerza inesperada.

Pienso en esto mientras una camioneta 4 x 4 nos conduce por una trocha blanca, sinuosa, llena de baches y rodeada de cerros. Hace unos minutos hemos dejado atrás el valle de Ocucaje y lo que viene es una sucesión interminable de huarangos polvorientos y lomas de formas extrañas esculpidas por millones de años de erosión.

Es la primera vez que voy a Samaca. Me han dicho que no son más de veinticinco kilómetros hasta allá, sin embargo ya llevamos más de una hora y siento que no vamos a llegar nunca, que el camino se prolonga sin que podamos hacer nada, que el desierto es una fuerza que está más allá de nuestra voluntad. ¿A qué clase de ser humano, fuera de los nazca y los paracas, se le ocurriría sembrar la tierra en un lugar como este?, me pregunto. Supongo que es la misma pregunta que se harán todos los que van por primera vez al lugar. La respuesta la tiene Alberto Benavides Ganoza, un hombre que es más poeta, intelectual y filósofo que agricultor y, sin embargo, es un agricultor. Lo que él siembra en realidad – junto con las mismas plantas– son ideas, ideas para cambiar nuestra relación con la naturaleza.

A esta altura del viaje, Samaca es como la Comala de Rulfo: una obsesión, un lugar al que queremos llegar ya, sin demora. Pero el viaje nos tiene preparadas algunas sorpresas. A mitad de camino nos cruzamos con un pequeño huarango que crece verde y erguido en medio del sendero. ¿Un árbol verde y erguido en medio del desierto inclemente? “Lo hemos sembrado nosotros y lo regamos cada vez que pasamos por aquí”, nos dice nuestro guía, sonriente. Luego gira raudo la camioneta y se sale del camino principal para internarse en medio de las dunas.

Nos detenemos al borde de un acantilado. Bajamos. El viento silba y nos arroja sobre el rostro



Señal de Huaca en el Museo de Sitio Samaca

Foto: José Carlos Orrillo



leves bocanadas de arena, lo cual no es ningún impedimento para mirar lo que tenemos al frente. Sí, en efecto, ahí está, El Hueco de Callango, un inmenso anfiteatro que el viento y la arena han formado en la caprichosa geología. Sobre el declive se pueden observar también las diversas capas de sedimentación y la blancura del magnesio. El lugar es imponente y nos deja mudos. Franco y José Carlos solo atinan a hacer fotos y a dejarse llevar por la energía envolvente del paisaje que nos rodea.

Unos minutos después, nos desviamos de la ruta y vamos a conocer un bosque de piedras con formas de reptiles y animales marinos. El oficio de escultor es, sin duda, una forma tardía de competir con la destreza del tiempo. Aquí es donde en verdad hay que venir a aprender. Las piedras con formas son marrones, endebles y están sostenidas, en un equilibrio más que perfecto, por piedras muy pequeñas. Pero más que fascinación, lo que sentimos es que somos una especie de intrusos del futuro, gente hereje e incapaz de entender la inmensa sabiduría de lo que existe desde siempre.

Volvemos al camino principal. A lo lejos alcanzamos a ver el otro vehículo del convoy en el que vienen Gonzalo y Martín. “De aquí en adelante estamos en los territorios de Samaca”, nos explican. Los dos vehículos cruzan casi al mismo tiempo la línea imaginaria que divide al predio del resto del mundo y bajan dando tumbos por un declive hasta que se detienen en seco. Ya está. Hemos llegado a Samaca sin saber que estamos en Samaca. La gente del lugar nos recibe con sendas jarras de chicha morada con hielo y, sí, el lugar es un contrasentido, una lógica al revés, un lugar de vida en medio de la no vida, una apuesta de fe, un lugar para encontrarse con uno mismo, con el pasado, con el futuro, con el misterio de la tierra.

El primer gran personaje que conocemos es Amara, una llama hermosa y presumida, que se acerca para ser engreída. “No saben lo maravilloso que es este animal, la comunicación que se puede establecer con él. Siento desde lo más profundo mi peruanidad cuando entro en contacto con Amara”, nos dice nuestro anfitrión. Hay otras 20 llamas en los predios de Samaca. Existen también venados, gatos, aves, perros y otros animales silvestres. Muy raras veces cruzan por allí guanacos y pumas.

Samaca es, en efecto, el primer fundo orgánico de Ica. Sus 300 hectáreas de tierras arcillosas, ubicadas al final del valle del río del mismo nombre, son fértiles y pródigas en el cultivo del olivo, el huarango, los pallares, los frejoles, la tara, el zapallo, el trigo, el maíz y las hortalizas. La agroindustria de Samaca

produce aceite de oliva extra virgen, aceitunas secas y en salmuera, miel de abejas, jarabe de huaranga, nata de huaranga, tinta de huarango, cebollas secas, dátiles, polen, tomatillos silvestres, harinas y otros frutos deshidratados en secadoras solares.

El viento y el sol podrían resultar un obstáculo para quien no cree en los beneficios de la naturaleza o vive de espaldas a ella. Estas fuerzas proporcionan a quienes viven en Samaca energía eólica y solar. Allí también se reforesta el huarango, se defiende la flora y la fauna de Ica, se promueve un proyecto de vida y se fomenta un modelo de agricultura orgánica sostenible. Los pesticidas químicos, los fertilizantes sintéticos y los transgénicos están prohibidos.

Dije que el lugar es un contrasentido y una lógica al revés. Lo confirmo cuando escucho hablar al poeta y compruebo la fidelidad con sus ideales y esa vocación por hacer las cosas al contrario de lo que hacen la mayoría. En Samaca no solo hay frutos orgánicos, sino también ideas orgánicas. Los libros son como los huarangos y los olivos: están por todas partes, en el comedor, en la cabaña principal, en la biblioteca para los trabajadores, en la sala de descanso, etc. Sembrar de grandes ideas el mundo no parece ser una metáfora, sino más bien una realidad que se puede comprobar in situ. Además de libros, se ha construido allí un museo de sitio con piezas arqueológicas recolectadas en los arenales. El lugar, diseñado por Martín Horta, es una belleza por su concepción arquitectónica y por la exquisitez de objetos que guarda del antiguo Perú.

Durante la noche bebemos un pisco en una de las cabañas y hablamos del pasado, de los cronistas del Perú, de la poesía peruana y del hermoso porvenir que la agricultura le podría traer al país. Compartimos algunos poemas y nos sentimos como en el verso de Li Po: decimos salud a la luna y ya somos varios más con nuestras sombras. Esa noche fue inevitable pensar en el pasado, en lo que hicieron los nazca y los paracas con estas tierras, en el porvenir que nos aguarda, en lo que sucedería para bien si es que los agricultores y los empresarios pensarán o sintieran una pizca de lo que siente alguien que ama a la tierra y a la naturaleza en general.

Al día siguiente partimos de regreso a Ica. El convoy vuelve por el mismo camino por donde vino. Esta vez, sin embargo, el camino parece ser más corto. Quizás porque la experiencia de Samaca es como un gusano del tiempo, como una verdad congelada, como una hermosa batalla que alguien sigue librando en medio del desierto.

## HILOS

Al igual que los hilos de lana o seda de una alfombra constituyen su textura, un hilo de algodón o seda tiene una integridad y una cualidad naturales: puestos juntos, la integridad se magnifica y multiplica en el área de la belleza perceptible.

El hilo no pierde su carácter o personalidad propios, se ofrece de buena gana para la producción de una cosa útil y bella.

Una persona individual también tiene una integridad, una cualidad de ser y una existencia.

Dos personas actuando de manera armónica y complementaria producen un factor extra.

Un conjunto de personas trabajando, pensando, sintiendo y ofreciéndose unidas, implicando cada una de ellas conscientemente su ser esencial, es capaz de producir algo de belleza extraordinaria.

Esta es su función y su responsabilidad. Deben ustedes asumir libremente esta responsabilidad y actividad con toda la alegría, la humildad y el trabajo duro que acompañan tal compromiso; con la confianza, el entusiasmo sereno y la seguridad de que su ser esencial, despierto y en funcionamiento, puede aumentar su percepción y lo hará.

Mediante el uso de esa percepción encontrarán un elemento que se llama “inspiración”.

La inspiración no es un factor que explote o entre en erupción constantemente en su consciencia; llega a ustedes cuando la necesitan y cuando pueden usarla, como resultado de la baraka de la Tradición, y llega con un suministro de energía de esta baraka para permitirles aprovecharse de esa inspiración.

FUENTE: TRADICIÓN SUFÍ

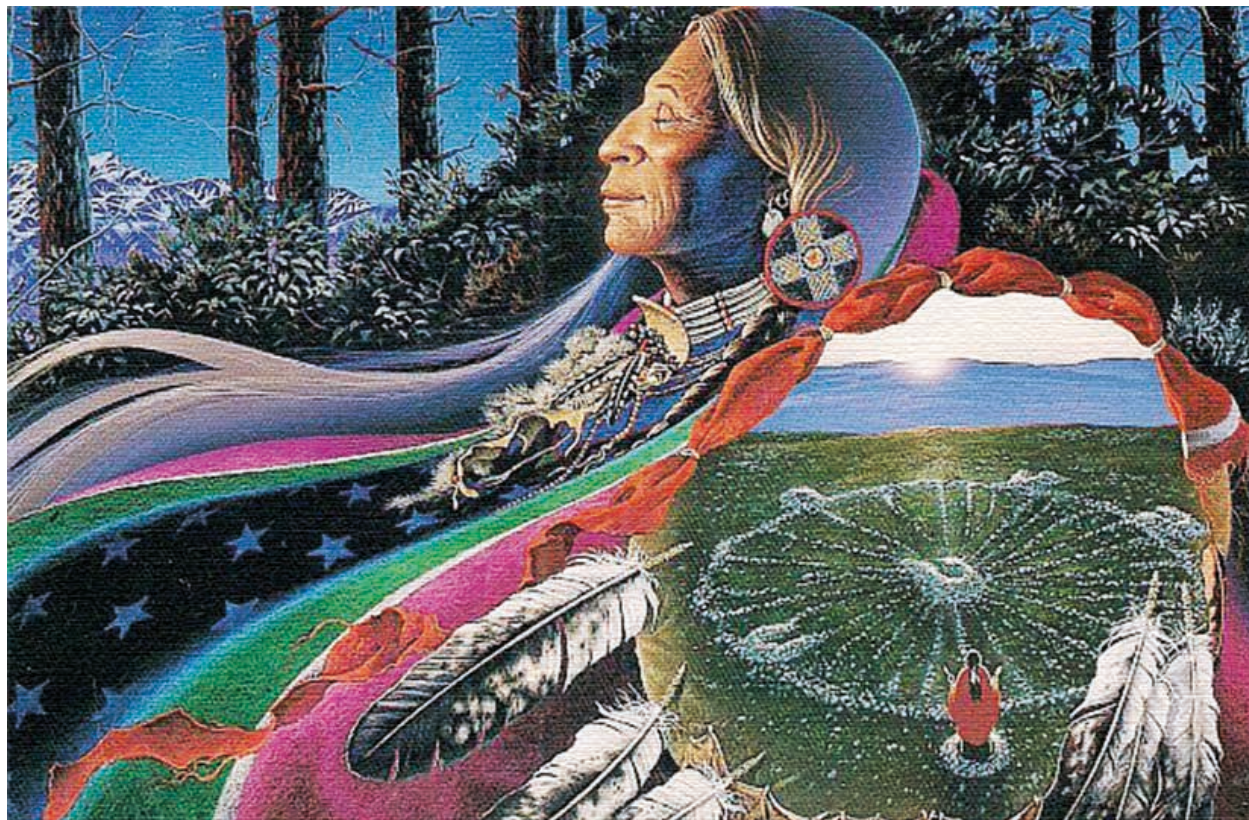


# La Rueda Medicinal: conocimiento saludable del pueblo Ojibway

Pedro Favaron

La Rueda Medicinal es un símbolo profundo y curativo, que desde hace muchos años ha orientado la vida de los pueblos indígenas de las grandes planicies de Norte América. No es propiedad de una sola nación, sino que es un patrimonio común a diversas culturas; cada uno de los hombres sabios y médicos tradicionales que trabajan con ella, la interpreta a partir de su propia tradición familiar, de su cultura y de sus vivencias personales. Voy a hablar de ella según me enseñó Herb Nabigon, un amigo y hombre sabio de la nación Ojibway. La Rueda Medicinal es inseparable de otra noción fundamental para los pueblos indígenas de Norte América: las Cuatro Direcciones Sagradas, que son los cuatro puntos cardinales, pero dotados de un sentido simbólico que escapa a la geografía moderna. Estas direcciones permiten al ser humano imaginar su propia posición en la vida y entenderse a sí mismo como parte de un universo vivo. Vivimos en relación con fuerzas inteligentes y sensibles. La humanidad no es autosuficiente, sino que depende de los demás seres vivos para vivir bien.

La Rueda Medicinal se divide en cuatro puertas o direcciones. Cada una de estas es símbolo de una de las razas arquetípicas de la humanidad, así como de un color, de una estación del año y de una etapa de crecimiento espiritual. Toda dirección tiene un aspecto positivo y otro negativo. Según me explicó Herb, el crecimiento espiritual demanda tanto cultivar lo positivo, como honrar lo negativo que habita en nosotros. Reconocer nuestra oscuridad, nuestras enfermedades y nuestras heridas, es el primer paso en el proceso de sanación. Las personas pueden crecer solo si tienen el valor de ser honestas consigo mismas; y si deciden dejar atrás todo lo que las enferman. Las narraciones ancestrales de los Ojibway cuentan que el Creador empezó su obra desde el oriente. El este es el lugar por el que sale el sol cada mañana; es símbolo del origen, de la infancia y la primavera, estación en la que se renueva la vida. Nabigon dice que a esta dirección corresponde el rojo, que es el color de las naciones indígenas y de sus secretos medicinales. Los animales sagrados del este son los peces y las tortugas. Desde el oriente surgen los buenos sentimientos. Meditando en esta dirección, se descubre la importancia de respetar y agradecer por la vida animal y por las plantas que nos donan el sustento. Debemos saber apreciar el sacrificio que otros seres hacen para alimentarnos; y agradecer la oportunidad de estar vivos en este mundo de aprendizaje y crecimiento.



Nabigong afirmaba que el ser humano no tiene derecho a depredar más de lo necesario, ni puede humillar a los animales criándolos en situaciones degradantes. Toda vida proviene de Dios. Los sabios indígenas suelen afirmar que somos responsables por el mundo que legaremos a las siete generaciones siguientes; de tal manera, no es nuestro derecho destruir la tierra y el extraer de ella aquello que la avaricia nos reclama. La humanidad verdadera sabe encaminar sus acciones de tal manera que sus hijos, y los hijos de sus hijos, vivan en un mundo propenso para el crecimiento espiritual y el buen vivir. En contraste con los buenos sentimientos, el polo negativo de esta dirección son los sentimientos de inferioridad. Las personas que tienen sentimientos de inferioridad tienden a abusar de los más débiles; maltratan a sus hijos y a sus parejas. Los hombres que logran superar estas conductas agresivas, en cambio, respetarán a la mujer y a los más débiles. Nabigon afirma que debe restablecerse el balance entre lo masculino y lo femenino, así como entre lo duro y lo blando; ambos polos deben complementarse de forma equilibrada.

Según Herb, el color amarillo se localiza al sur y es símbolo de la juventud y del verano. El verano nos enseña paciencia, pues el calor excesivo no permite que nos movamos con velocidad. Para tener relaciones positivas con uno mismo y con los demás es necesario estar tranquilo; en calma y alejado del bullicio del mundo, uno puede escucharse a sí mismo y ser consciente de sus sentimientos, de su cuerpo y de su espíritu. Quien tiene paz en su corazón, puede escuchar a los demás con sincera atención; sabrá estar presente para quienes lo requieran.

En la puerta sur de la Rueda Medicinal se ubica el águila que puede alzarse a grandes alturas. Se dice que en su vuelo afortunado, el águila transporta las oraciones humanas a la morada del Creador. Y es Dios quien ilumina nuestra vida con todo lo positivo. Debemos estar agradecidos con lo que nos da. La envidia, en cambio, nos impide desarrollar buenas relaciones. Nabigon define la envidia como el deseo de poseer lo que otros tienen, pero sin tener la voluntad de trabajar para conseguirlo. La envidia destruye la comunidad.



En el oeste se oculta el sol; es símbolo de la adultez y del otoño. El animal sagrado de esta dirección es el búfalo, que muestra la senda a la casa de los antepasados. El ser humano debe siempre recordar su origen y las palabras sabias legadas por los antiguos. El color del oeste es el negro; y su sabiduría, la humildad. Debemos reconocer que nuestra existencia es frágil y pequeña; y que nada es el ser humano alejado del Creador. El polo negativo de esta dirección es el resentimiento, que estrecha nuestra mente y nos aleja de Dios.

El norte es el territorio de los Ancianos Sabios. Su animal arquetípico es el oso. Cuando el frío arceja, los osos de Norte América hibernan; los Ojibway aseguran que en su reposo, el oso ayuna y reza para que exista paz y armonía entre todas las naciones humanas, y entre todos los seres vivos. El oso es un animal guardián, que cuida de los demás. Se dice que el oso protege las distintas ceremonias medicinales de los pueblos indígenas. El color del norte es el blanco y su estación es el invierno.

En Canadá, cuando el viento norte sopla todo el paisaje se cubre de nieve. Este viento puede tumbar árboles e incluso mover casas; por eso es llamado "el maestro del movimiento". Esto recuerda que cada acción tiene una consecuencia de la que debemos hacernos responsables. La sabiduría de la puerta norte es la responsabilidad. La persona responsable puede cuidar de su propia existencia y de sus seres queridos. Si no sabemos velar por nosotros mismos siempre pretenderemos que otros nos cuiden, lo cual será causa de frustración y sufrimiento. No podemos aspirar que otros cumplan las responsabilidades que nosotros mismos tenemos hacia nuestras propias vidas.

El lado negativo de la puerta norte es la irresponsabilidad. El pensamiento moderno y la codicia del capitalismo desregulado dan continuos ejemplos de ser incapaces de prever las consecuencias de sus acciones. Se ha explotado la tierra de forma desmedida, se han extraído sus secretos, se han depredado árboles y animales, y se ha contaminado el mundo. El medio ambiente ha sido dañado de forma severa y se ha puesto en riesgo la continuidad de gran variedad de seres vivos sobre el planeta, incluyendo a nuestra misma especie.

El practicante de la Rueda Medicinal guía su vida desde las Cuatro Direcciones Sagradas. Es necesario que atraviese con sabiduría cada una de las etapas, asimilando sus conocimientos. Solo entonces empezará a experimentar la existencia desde la profundidad de su ser. Se conocerá a sí mismo y se sentirá en contacto con su raíz espiritual. En el centro de la Rueda Medicinal se halla el corazón de cada uno de nosotros. El símbolo del centro es el verde, que es el color de la medicina, de la fecundidad y de la Madre Tierra.

La Madre Tierra y nuestro propio corazón son una misma fuerza. Recobrar la raíz de nuestro corazón nos hace volver a sentir el palpito fecundo de la tierra. Nuestro latido debe armonizarse con el palpito del planeta. Cuando estamos en contacto con nosotros

mismos, podemos reconocer qué nos hace bien y qué nos enferma; y podremos así tomar las decisiones pertinentes y realizar los cambios necesarios para vivir de forma saludable.

El lado oscuro del centro, que surge cuando la persona no sabe escucharse a sí misma y a las necesidades de los demás, son los celos. La persona que tiene sentimientos de inferioridad, que es envidiosa, resentida y no cuida de su propia espiritualidad, es por lo general también una persona celosa, posesiva, que piensa en términos de "mis" hijos, "mi" cultura, "mi" tierra, "mi" vida. Una persona celosa no sabe compartir y es autoritaria; suele alejar a los demás y vive una existencia opaca. Sus apegos son causa de hondos dolores.

La espalda de la rueda medicinal es de color azul, que es el símbolo del mundo celeste, de las regiones sutiles en las que habitan los antepasados y Dios. Para los habitantes de este planeta, el sol es el símbolo visible más evidente de la luz divina. Todos los planetas de nuestro sistema solar giran alrededor del sol. Sin el sol nada crecería en esta tierra. Gracias a la luz del sol, la tierra fructifica. La luz es también un alimento fundamental, fuente de energía para nuestras vidas. Pero cuando el sol es demasiado intenso, puede quemarnos y enfermarnos. Si el sol brilla siempre, no podríamos ver la belleza de la luna y las estrellas. Muchas de las ceremonias indígenas tienen lugar en la noche; en la ausencia del sol, descubrimos nuestra luz interior y el resplandor de los mundos espirituales. Como en todo lo demás, debe existir siempre un balance. Quien logra un equilibrio y se va purificando a sí mismo de los sentimientos negativos, será iluminado por el amor de Dios. Y podrá ser un instrumento medicinal para ayudar a otros.

La sabiduría espiritual no se puede aprender de forma teórica, leyendo un libro o un artículo. No hay crecimiento sin sacrificio. Entre los pueblos indígenas existen diversas ceremonias que permiten avanzar en el crecimiento espiritual que propone la Rueda Medicinal. Entre los pueblos Lakota, por ejemplo, se practica la Danza del Sol: cuatro días de ayuno, prescindiendo de alimentos y líquidos, danzando con el cuerpo perforado, sujetos a un árbol, orando al Creador. Debido a nuestras transgresiones, nuestro cuerpo se contamina y nuestra mente se enturbia. Y nos desconectamos de nuestro propio corazón. Es necesario purificarnos, para que el pensamiento pueda dejar lo negativo y complicado, y abrirse a lo bueno.

No existe una sola persona que sea perfecta. La sabiduría consiste en transformar nuestros errores en experiencias; rectificar nuestros rumbos y enderezar lo torcido. Para poder entrar en contacto con nuestro espíritu y con Dios, se hace necesario alejarnos del ruido y aquietarnos. Pero, al mismo tiempo, hay que volver hacia los otros, y auxiliar a quienes pidan nuestra ayuda con humildad y fe en el Gran Espíritu. Toda sabiduría debe ser puesta al servicio de los demás, con honestidad y generosidad.



## EL CUENTO DEL COLIBRÍ

Cuentan los antiguos sabios que un día hubo un enorme incendio en la selva. Todos los animales huían despavoridos, pues era un fuego terrible. De pronto, el jaguar vio pasar sobre su cabeza al colibrí... en dirección contraria, es decir, hacia el fuego. Le extrañó sobremanera, pero no quiso detenerse. Al instante, lo vio pasar de nuevo, esta vez en su misma dirección. Pudo observar este ir y venir repetidas veces, hasta que decidió preguntar al pajarillo, pues le parecía un comportamiento harto estafalario: -¿Qué haces colibrí?-, le preguntó. -Voy al lago-, respondió el ave, tomó agua con el pico y la echó en el fuego para apagar el incendio. El jaguar se sonrió. -¿Estás loco?-, le dijo, -¿Crees que vas a conseguir apagarlo con tu pequeño pico tú solo? -Bueno-, respondió, el colibrí, -yo hago mi parte... Y tras decir esto, se marchó por más agua al lago.

SABIDURÍA NATIVA





# La Vida Interior

Kingsley L. Dennis

*Estamos soñando un mundo simbólico, solo despertamos brevemente a lo que es real.*

**Arthur Deikman, M.D.**

*Quien no está ocupado en nacer, está ocupado en morir.*

**Bob Dylan**

**A**lgo no está del todo claro...lo sientes... puede que lleves mucho tiempo notando esa sensación, esa desazón. Así que lo más probable es que solo trates de ignorarla y esperar a que se vaya; pero antes o después ese agobio persistente termina por traer a tu mente una idea: hay algo muy extraño en cómo es el mundo. Tal vez sientas como si estuvieras en el cine y percibieras que debe haber algo equivocado en la película que estás viendo. Todas las imágenes están ahí, pero tienes la impresión de que hay algo fuera de secuencia, o de que los fotogramas se ubican fuera del intervalo "habitual". No obstante, después de un rato uno se acostumbra al estilo de la película y sus sentidos se ajustan a su ritmo y pierde la sensación de extrañeza y se ve arrastrado al espectáculo y termina subiéndose al carro...

...la película te cuenta que el mundo no tiene mayor sentido, que la vida humana es una anomalía accidental; pero cuando caminas por la calle, convives con tus amigos, te enamoras, sigues tus sueños, experimentas sentido y significado ...espera, otra vez ese fallo en la película: hay algo acerca de su "aleatoriedad" y su "carencia de significado" que no tiene sentido... tu experiencia personal te ha mostrado algo diferente...y entonces aparece de nuevo esa sensación molesta... en algún sitio: ¿no fue ahí?

La vida es la vida, y la mayoría de las personas la recorren con sufrimiento, alegría, aventura, desafío, amor y todo lo demás. Es igual para todos, pero no siempre discurre en el mismo terreno de juego. Podemos adoptar una perspectiva, una posición diferente frente al mundo. Podemos ver el mundo en que vivimos solo como un fenómeno externo; o también podemos escoger verlo como una expresión de nuestra vida interior.

He llegado a considerar el cosmos no solo como la expresión de ecuaciones matemáticas, sino como la obra de fuerzas líricas que, como un ser viviente, está embriagada de amor y asombro, y de la gozosa curiosidad de la aventura. Y a menudo me pregunto cómo sería vivir con la perspectiva de que la vida humana es el resultado de fuerzas aleatorias accidentales; un hecho sin sentido forzado a pasarse la vida en la espalda de una roca muerta lanzada a través de un universo sin vida. Me acuerdo del "Mito de Sísifo", un personaje de la mitología griega condenado a repetir eternamente la misma tarea fútil de empujar una roca hacia arriba de una montaña solo para verla caer de nuevo, y volver a empujarla hacia arriba, indefinidamente. Para mí, esta inánime visión exterior de la vida es realmente absurda. Y, sin embargo, las exigencias físicas de una vida normal nos obligan continuamente a enfocar nuestra mirada en lo exterior donde nuestra consciencia de la vigilia cotidiana tiene que vérselas con todos los impactos y el ruido que vienen desde fuera: es una tarea muy física que puede, y a menudo



lo hace, ocupar la totalidad del discernimiento y la percepción consciente de la persona. Aun así en algunas personas hay otra mirada que observa el mundo desde adentro. Me refiero a lo que llamo la vida interior, conforme a la cual la persona siente profundamente, sabe intuitivamente que hay otra perspectiva de la vida, mucho más rica, omnipresente, sutil; pero que debe buscarse con esfuerzo.

Hay muchas personas –de hecho puede que la mayoría– que jamás han buscado o han sentido un impulso hacia la vida interior. Nunca se detienen a preguntarse no solo “¿por qué estoy aquí?”, sino también “¿cómo he llegado hasta aquí?”. Es una pregunta fundamental que parece preocupar a poca gente. No es injusto decir que algunas personas solo se reconocen por el nombre que utilizan en su vida. Si se les presiona, encuentran difícil distinguirse realmente de otros que sostienen similares actitudes y opiniones condicionadas. Con todo, esta comprensión a menudo se nos esconde. Quizá el impacto de tal reconocimiento alteraría profundamente nuestro equilibrio mental y emocional. Así que la mayoría de las personas continúa identificándose e individualizándose mediante el nombre de pila o el empleo que han elegido desempeñar. Esto resulta evidente cuando a alguien se le pregunta quién es y contesta con su nombre o su ocupación. Es una pregunta muy inquietante y muchas personas solo pueden contestarla diciendo el trabajo que realizan o el nombre de pila. También es verdad que la mayor parte del tiempo esta pregunta socialmente aceptada solo se realiza y se dirige a la persona al nivel más superficial y banal. Y por tanto, quién es realmente la persona continúa siendo un misterio toda la vida. Es una situación común para la mayor parte de nosotros.

...Ahí está otra vez esa película, y te cuenta que tu experiencia consciente es simplemente la consecuencia del funcionamiento químico del cerebro: yo hago esto, hago aquello, veo esto, siento esto, pienso esto- ...pero el “yo” es solo un estado de consciencia que es consecuencia secundaria de un complejo de neuronas... pero espera un momento: ¿no acabo de estar observando mis propios pensamientos y emociones... al margen del “yo”? ¿Entonces este es el yo real? O ¿este observador de mis pensamientos es solo otro subproducto neuronal que observa las operaciones de otro subproducto aleatorio?... ah, aquí está de nuevo la película, el fallo ha desaparecido...



También es cierto que muchas personas se rebelan contra su esencia natural, la conozcan o no. La gente puede decir miles de cosas –o solo una– y sin embargo cada vez que habla se aleja de lo esencial. De nuevo ¿qué es conocerse a uno mismo? ¿Qué significa para la persona ordinaria crecer, desarrollarse, conseguir conocimiento y consciencia de uno mismo? En el mejor de los casos, la sociedad ha convertido estas cosas en conceptos abstractos o en ilusiones. Dentro de nuestras propias culturas estamos tan acostumbrados a vivir a un nivel primario, básico –de supervivencia– que dedicamos muy poco tiempo y atención al nivel interior. De hecho, la noción de un mundo interior a menudo sigue siendo un lujo para unos pocos. Los demás tenemos que seguir gestionando y afrontando nuestras vidas normales. Así que vivimos con muchas interrogantes desconocidas, sin reparar en ellas o sin despertarlas de su letargo dentro de nosotros. ¿Alguna vez nos preguntamos por qué los acontecimientos se han desenvuelto de tal manera? O ¿es que las fuerzas de la división, la polaridad y la ignorancia que nos gobiernan son tan convincentes que no buscamos otra razón (¿o excusa?) para las rarezas del mundo y su realidad incongruente? Quizá no sintamos la necesidad acuciante de querer ver las cosas de una manera diferente. De hecho, algunas personas tratan enérgicamente de olvidar.

Es probable que la compulsión de olvidar se racionalice llamándola de otra manera. Buscando con el entretenimiento, los retos, o las búsquedas adictivas, diversiones y distracciones placenteras, la gente en verdad está tratando de olvidar. La mitología griega nos cuenta cómo antes de que el alma humana se encarne en este mundo bebe de Lethe, el río del Olvido –uno de los cinco ríos del inframundo– de manera que no pueda recordar sus orígenes divinos. De forma similar, hay una leyenda judía que habla de cómo antes de nacer somos golpeados en la boca por un ángel para que no podamos hablar de nuestros orígenes divinos prenatales. Puede que procedamos de fuentes inspiradas y sagradas, pero cuando llegamos a esta realidad terráquea, lo hacemos estupefactos y necesitados. O más bien, quizá sea solo que carecemos de la llave, la guía crucial, para develar nuestras memorias y desencadenar nuestra mirada interior y nuestro conmovedor anhelo. La verdad es que, de hecho, puede que más que para olvidar estemos aquí para recordar.

A veces el detonante para que una persona recuerde y busque respuestas es una tragedia o una catástrofe. A mayor escala, quizá la humanidad necesite llegar a un punto de crisis –en su materialismo, comercialismo y sus sistemas sociales– para que

desde ahí surja dentro de la gente la necesidad de algo más. La vida interior reconoce que la naturaleza esencial del ser humano es buscar algo más, algo más allá. Esta necesidad de comunión con algo más grande se ha alimentado en gran medida por el papel de las tradiciones religiosas y/o espirituales. No obstante, la necesidad del ser humano de una vida significativa de desarrollo todavía no ha sido atendida por nuestras sociedades, especialmente en nuestras culturas altamente industrializadas. Hemos desarrollado nuestra fe, nuestra razón, nuestras actividades mentales; hemos instituido la industria y creado maravillosas tecnologías, pero no hemos trabajado en nosotros mismos. No hemos cultivado nuestras almas.

Forjary cuidar el alma de uno mismo no son actividades específicamente introvertidas o monásticas: no requieren una introspección inalterable ni una retirada dramática del mundo. El poeta romántico Keats dijo: "Llama al mundo si te place 'el valle donde se fraguan las almas'. Entonces descubrirás su objetivo". En mi opinión, ese "fragar el alma" necesita volver a imaginarse y reintegrarse a nuestras sociedades. No necesitamos volver al animismo o la alquimia para encontrarlo. Podemos hacerlo aquí, en el Ahora cotidiano. La expresión genuina de una verdad no adquiere una forma determinada. El auto-desarrollo, o auto-refinamiento si se prefiere, no es una ideología o una ciencia establecida. Es un derecho humano básico. La vida interior debería reconocerse como una necesidad humana inherente, debería ser socialmente aceptable y se nos debería alentar a dirigir parte de nuestra mirada hacia ella. Después de todo, si el sol exterior se eleva pero el interior no lo hace, no habremos logrado nada.

*"Uno mismo es un arquitecto de interiores que trabaja en su arquitectura interna".*

Anónimo

*Promoviendo el compromiso  
con la Educación,  
La Salud y la Protección de la  
Naturaleza*



**¡SALVEMOS EL  
ALMA DEL PERÚ!**

**¡Seamos Uno!**

**¡Por un Perú  
verde y saludable,  
sin violencia,  
sin corrupción,  
sin codicia,  
sin racismo,  
por un país libre  
y en Paz!!!**

**¡DESPIERTA  
PERÚ!**

**elojointerior**  
SEMILLAS PARA LA CONSCIENCIA CIUDADANA

<sup>1</sup> No me sorprende que Albert Camus, filósofo francés del absurdo, escribiese un ensayo titulado "El mito de Sísifo" (1942) describiendo la búsqueda infructuosa de sentido en un mundo ininteligible.





## Los árboles me han dado siempre los sermones más profundos

**L**os árboles me han dado siempre los sermones más profundos. Los respeto cuando viven en poblaciones o en familias, en bosques o en arboledas. Pero aun los respeto más cuando viven apartados. Son como individuos solitarios. No como ermitaños que se hubieran reclusos a causa de una debilidad, sino como seres grandes y aislados, como Beethoven o Nietzsche. En sus ramas más altas susurra el mundo y sus raíces descansan en lo infinito; pero no se abandonan ahí, luchan con toda su fuerza vital por una única cosa: cumplir con ellos mismos según sus propias leyes, desarrollando su propia forma, representándose a sí mismos.

Nada es más sagrado, nada es más ejemplar que un árbol fuerte y hermoso. Cuando se tala un árbol y se muestra desnuda al sol su herida mortal, puede leerse toda su historia en el tosco y lapidario disco de su tronco: en sus anillos anuales y en sus cicatrices están descritos con exactitud toda lucha, todo sufrimiento, toda enfermedad, toda fortuna, toda recompensa. Años flacos y años abundantes, agresiones soportadas y tormentas sobrevividas. Y cualquier hijo de campesino sabe que la madera más dura y noble es la que tiene los anillos más estrechos, y que arriba en la montaña, en constante peligro, crecen las ramas más

inquebrantables, las más fuertes y ejemplares.

Los árboles son santuarios. Quien sabe hablar con ellos y sabe escucharlos, descubre la verdad. Ellos no predicán doctrinas ni recetas. Predican, indiferentes al detalle, la originaria ley de la vida.

El árbol dice: en mí hay escondido un núcleo, una luz, un pensamiento. Soy vida de la vida eterna. Único es el propósito y el experimento que la madre eterna ha hecho conmigo. Únicos son mi forma y los pliegues de mi piel, así como único es el más humilde juego de hojas de mis ramas y la más pequeña herida de mi corteza. Fui hecho para formar y revelar lo eterno en mis más pequeñas marcas. El árbol dice: mi fuerza es la confianza. No sé nada de mis padres y no sé nada de los miles de hijos que cada año nacen de mí. Vivo, hasta el final, el secreto de mi semilla y de nada más me ocupo. Confío que Dios está en mí. Confío que mi misión es sagrada. Y de esta confianza vivo.

Cuando estamos heridos y apenas podemos resistir más la vida, el árbol puede hablarnos: ¡Detente! ¡Detente! ¡Mírame! La vida no es fácil, la vida no es difícil. Esas son ideas infantiles. Deja que Dios hable dentro de ti y tus pensamientos crecerán en silencio. Te sientes ansioso porque tu trayecto te conduce lejos de la madre y la patria. Pero cada paso y cada día, te encaminan de regreso a la madre. Tu patria no está ni

aquí ni allí. Tu patria está en tu interior o en ningún lugar.

El deseo de caminar rasga mi corazón cuando escucho a los árboles susurrar con el viento del crepúsculo. Si se le presta atención largamente y en silencio, esta añoranza revela su origen y su destino. No es tanto una cuestión de escapar del sufrimiento, aunque pueda parecerlo, es nostalgia de la tierra, de recuerdos de la madre y de nuevas enseñanzas para la vida. Nos guía a casa. Cada travesía nos conduce al camino de vuelta a casa, cada paso es nacimiento, cada paso es muerte, cada tumba es la madre.

Así susurra el árbol al atardecer cuando nos inquietamos con nuestros pensamientos infantiles. Los árboles tienen un razonamiento más extenso, más apacible y de largo aliento, igual que tienen vidas más largas que las nuestras. Son más sabios que nosotros mientras no les escuchemos. Pero cuando hemos aprendido a prestarles atención, la brevedad, la rapidez y el apresuramiento pueril de nuestro juicio, alcanza una alegría incomparable. Quien haya aprendido a escuchar a los árboles no busca más ser un árbol. No querrá ser distinto de lo que es. Ésa es la patria. Eso es la felicidad.

FUENTE: EL CAMINANTE – HERMAN HESSE.