

# el ojo interior

SEMILLAS PARA LA **CONSCIENCIA** CIUDADANA



Distribución Gratuita

## Hagamos jardines y bibliohuertos



**AHAD**  
Consultoría Integral



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

Dirección: **Patricia Meléndez**  
 Promoción Cultural: **Alberto Benavides Ganoza**  
 Coordinación General: **Franco Castañeda**  
 Edición: **David Novoa**  
 Distribución: **Aimé Rodríguez**

[elojinterior.peru@gmail.com](mailto:elojinterior.peru@gmail.com)

☎ 998 078 620

Tiraje 10 000 ejemplares

## COLABORADORES

16<sup>ta</sup> Edición - Abril 2017

### Kingsley L. Dennis

Sociólogo y escritor inglés radicado en España. Fue profesor universitario de literatura inglesa y americana en Estambul, y de sociología en el Reino Unido.

[www.kingsleydennis.com](http://www.kingsleydennis.com)

### Jorge Chávez Peralta

Pedagogo y librepensador, escritor especializado en temas de espiritualidad, conocimiento esotérico y educación.

[jfchavezperalta@hotmail.com](mailto:jfchavezperalta@hotmail.com)

### Pedro Favaron

Escritor y docente de la Universidad Nacional de Ucayali. Es médico tradicional y ha fundado la clínica de medicina tradicional Nishi Nete en la comunidad nativa de Santa Clara de Yarinacocha, del pueblo Shipibo - konibo

**fNishi Nete Medicina Tradicional**

### William Pinillos Linares - Portada

Destacado artista plástico de gran trayectoria. Su obra, merecedora de importantes reconocimientos, se exhibe a nivel nacional e internacional.

[williampinillos@hotmail.com](mailto:williampinillos@hotmail.com)

### José Carlos Orrillo

Periodista, fotógrafo y artista visual, dedicado a la docencia universitaria y fotografía documental.

[www.fotonesta.com](http://www.fotonesta.com)

### Susana Aguilar Yauri

Artista plástica, ganadora de varios premios a nivel nacional, sus trabajos destacan por su búsqueda en el arte de las culturas ancestrales.

[tuti.aguilar@gmail.com](mailto:tuti.aguilar@gmail.com)

<http://susanaaguilaryauri.blogspot.pe/>

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

# Sembrar es estar enamorado



*Una sombra nueva, qué maravilla un árbol que florece en el planeta porque pusiste en tierra una semilla: mira bien que es simple la receta.*

ABG

Amanece y la luz empieza a jugar entre nosotros.

Escuchar a las abejas volando en un pequeño jardín y recordar la primera vez que abrazamos una hermosa flor.

Todo se detiene cuando la belleza asoma a nuestro ser y logramos reconocernos en ese instante fugaz.

Acercarse, contemplar y tocar con el corazón el universo natural es una invitación incesante a un profundo misterio: la Realidad de la Unidad.

Saber por experiencia directa que todos somos Uno nos transforma y libera.

No tengamos miedo, experimentemos a profundidad la acción consciente de sembrar semillas de luz en nuestro interior; y a la vez sembrar y proteger a nuestras hermanas las Plantas.

Una ciudad sin jardines es una ciudad sin luz, un hogar sin plantas es un lugar sin alegría.

Todos recibimos la energía del reino vegetal: su preciosa y silenciosa caricia.

Construyamos jardines y biblihuertos, creemos espacios sencillos donde podamos disfrutar a plenitud de la lectura y la presencia vegetal.

Tengamos por amigo a un árbol e iniciemos una relación de amor con él. Dejemos a un lado la mente y vivamos una experiencia maravillosa con una flor o una hormiga, con la Vida misma, con nuestra naturaleza original.

Crea un lugar vivo en tu hogar con plantas y libros y diviértete allí, medita y juega, sueña y sé libre, esparce tu amor por donde vayas.

Sé sencillo y natural, las semillas están listas, solo necesitan una acción consciente, un corazón despierto y florecerán.

Que cada hogar sea iluminado por un biblihuerto hecho con la energía del Amor.

Franco Castañeda

*Esta edición se hace en concordancia con lo dispuesto por la legislación peruana vigente sobre los derechos de autor, Ley 13714, Art. 69*

# La crisis de Occidente y la promesa pendiente

Jorge Chávez Peralta

La palabra esotérico (del griego “esoter”, oculto) ya no suena a herejía ni asusta y nadie es encarcelado por simpatizar, estudiar sus temas o pertenecer a una sociedad ocultista, pero no siempre fue así en Occidente.

Los primeros cristianos empleaban un método secreto y de raigambre iniciática que permitía trascender la mente vieja, los condicionamientos para que naciera el Hombre Nuevo. Ese cambio (la metanoia) se ofrecía solo a grupos de elegidos (significado primigenio de la palabra iglesia) y constituyó la piedra angular del movimiento. Durante los dos primeros siglos, el cristianismo ofreció un camino auténtico para la salvación ontológica. Cuando se institucionalizó, la Iglesia Católica decidió excluir todo lo relacionado con el conocimiento esotérico. Tal intolerancia se justificaría por el deseo de exclusividad: proclamó a Jesús como el único Hijo de Dios, se consideró depositaria de la Verdad y se arrogó el monopolio de la salvación. Ante una posición tan dogmática, la enseñanza sufrió distorsiones y fue asimilada por fraternidades ocultistas e iniciáticas ajenas a su control (los gnósticos, por ejemplo).

## El deterioro inevitable

Proscribir y desacreditar el componente esotérico en la enseñanza de Jesús ha sido el gran pecado de la Iglesia Católica, porque la ha privado de su esencia y obligado a enmascarar la verdad. Una pregunta sería suficiente: ¿a qué se dedicó Jesús entre los doce y los treinta años? Aunque abundan pruebas, aún no se admite que durante esos dieciocho años recibió una educación esotérica, primero entre los esenios, su comunidad familiar, y después en la India, Oriente Medio, el Tíbet y Alejandría; se soslaya que gracias a su prolongado entrenamiento con Maestros de la Tradición se convirtió en Cristo (una categoría espiritual); y ahora, al cabo de veinte siglos, parecería una aberración aceptar que –como Krishna, Buda, Lao Tse y otros– fue un eslabón más en la cadena de los Grandes Instructores Mundiales. (Consúltese *Los grandes iniciados*, de Edouard Schuré).

Existe una relación entre las oleadas de espiritualidad y el surgimiento de culturas. No se concibe el Egipto sin el hermetismo; la India, sin el brahmanismo y el budismo; China, sin el taoísmo; Japón, sin el Zen; Grecia, sin las Escuelas de Misterios... Con la herencia grecolatina, Occidente es un producto del Cristianismo. Su influencia durante el Medioevo se plasmó en una filosofía (la escolástica), en el arte gótico (la admirable arquitectura de las catedrales), un orden social (feudalismo), una cosmovisión.

Pero ese organismo se fue debilitando y se enfermó de gravedad cuando a la Iglesia Católica dejó de importarle la Verdad y trocó su misión de propiciar la salvación ontológica por el poder mundano. A partir del Renacimiento se aceleró el deterioro. Cinco siglos después, Occidente es una sociedad desacralizada donde impera el materialismo, el mercantilismo y la frivolidad. La causa no deja duda: sin el componente iniciático-esotérico ha quedado sin alma. Si la normalidad debiera demostrarse como racionalidad, ética y equilibrio, la cultura occidental ha fallado estrepitosamente, su evolución se ha estancado peligrosamente.

Sin embargo –conviene aclarar–, la crisis se inserta en otra de mayor envergadura. Cuando por razones cósmicas la Tierra ingresó a una etapa negativa (el kali-yuga o Edad Sombria) y las Escuelas de Misterios (las pirámides de Egipto, Heliópolis, Eleusis) donde se ofrecía la iniciación y la posibilidad de vivir la experiencia de la Verdad cerraron sus puertas o restringieron la enseñanza, la oleada de espiritualidad que nutría a Occidente se redujo a su mínima expresión y, en consecuencia, la crisis se acentuó.

El desinterés por la verdad ontológica es el más gravitante, porque sin este ingrediente todo se pervierte y degrada. Sin esoterismo, sin Iniciación, sin sabiduría, una sociedad deviene en profana. El Cristianismo debió ser el antídoto; lamentablemente, traicionó su misión y Occidente ha sufrido un derrumbe con ribetes apocalípticos. (He abordado el proceso de deterioro en el ensayo “Los peces y la cruz: signo e historia de una era”, inserto en mi libro *El ojo en la tormenta. Temas acerca de la crisis*, 2006). Según Fromm, el ansia de tener y acumular ha anulado en el hombre moderno su Ser, ha reducido su libertad y autenticidad. Vive hipnotizado por pseudovalores: solo importa el dinero, el éxito, el poder y el prestigio; la inteligencia, la creatividad, la ética ocupan un segundo plano; la excitación se confunde con la felicidad; la consigna de vida es el hedonismo y el entretenimiento. Resulta preocupante que su vida psicológica no solo se haya estancado, sino que su nivel de estupidez y de destructividad haya aumentado.

## El otro conocimiento

Frente a esta situación caben tres posiciones. La racionalista argüirá la conveniencia de corregir el rumbo de la Ciencia, la Filosofía, la Educación y la Política. La catastrofista demostrará que la especie humana repite sus errores y solo queda aguardar el desastre final. La superracionalista propone que la mente ordinaria ha sido condicionada por la sociedad. (Consúltese la extensa bibliografía de Osho

y la obra *Romper el hechizo. Una exploración de la percepción humana*, de Kingsley Dennis) y la única solución es el paso de la inteligencia a la consciencia. Los maestros sufies advierten que no se puede horadar una peña con una aguja. Vernon Howard apela a una analogía: “El uso de la mente condicionada para resolver el problema es como tratar de limpiar una taza con un trapo enlodado”. Esta insensatez explica que el hombre ha contaminado el planeta, provocado miles de guerras en tres mil años, persista la discriminación racial, la intolerancia ideológica y religiosa, el consumo masivo de drogas, etc. y, paradójicamente, le parezca que las cosas marchan bastante bien.

¿Qué está mal en el hombre? Obviamente, su aparato psicológico: se supone un adulto, pero se comporta como un niño. Vive y actúa según su mente, pero no ha despertado su consciencia. La psicología de Occidente aún no puede curar la enfermedad. La tarea le corresponde a la Psicología Trascendental. Aunque nunca ha sido una disciplina específica, fue ofrecida con la religión y el arte. Los líderes religiosos y pensadores (Buda, Jesús, Platón) han demostrado con su propio ejemplo que el hombre es un proyecto autodesarrollante y puede convertirse en un Hombre Real (Nietzsche lo llamaría el Superhombre). Acceder a la consciencia corresponde, en el argot cristiano, al “reino de Dios”; lograrlo concede, por añadidura, la verdad, la liberación, la comprensión, el amor y la paz.

Podría argumentarse que si estamos al borde de un colapso, entonces el mensaje de los Grandes Maestros ha fracasado. Esto merece una aclaración. Ellos solo cumplen con ofrecer un camino para el despertar de la consciencia, pero a cada uno le corresponde aceptarlo y recorrerlo. En el trabajo evolutivo nada puede ser forzado. Siempre, la primera condición es desear el cambio. Recordemos a los hombres de “buena voluntad” que aceptaron la “buena nueva”, Jesús los llamó su “iglesia”. Pocos comprendieron su invitación y se atrevieron a seguir el “camino estrecho” que permite el despertar; el resto, la gran mayoría, prefirió la vida fácil y continuar durmiendo. Si este mundo parece el feudo del diablo, no significa que Dios es débil e ineficaz. La Tradición Primordial afirma que la Agartha Sangha (el Círculo Consciente de la Humanidad) envía cíclicamente Mesías (judaísmo), Avatares (hinduismo), Tirthankaras (budismo tibetano), Iman Madhis (islamismo) para renovar el mismo Mensaje. Lo lamentable –hasta ahora– ha sido la sordera humana. Para revertir la crisis nos conviene escucharlo. Podría ser nuestra última oportunidad.

# Enfoque su espíritu hacia la meditación



**A** fin de reforzar nuestra determinación para meditar, hay cuatro temas de reflexión a los que debemos prestar atención: 1) el valor de la vida humana; 2) su fragilidad y la naturaleza pasajera de todas las cosas; 3) la distinción entre los actos benéficos y los actos perjudiciales, y 4) la insatisfacción inherente a un gran número de situaciones de nuestra existencia.

## El valor de la vida humana

A condición de gozar de un mínimo de libertades y oportunidades, la existencia humana depara extraordinarias ocasiones de desarrollo interior. Utilizada juiciosamente, nos ofrece una posibilidad única de poner en práctica el potencial que todos poseemos, pero que descuidamos y dilapidamos con mucha facilidad. Este potencial, oculto por nuestra ignorancia o confusión mental y por nuestras emociones perturbadoras, la mayoría de las veces permanece enterrado en nuestro interior como si fuera un tesoro escondido. Las cualidades adquiridas a lo largo del progreso espiritual señalan

la emergencia gradual de este potencial, comparable al brillo de una pepita de oro, que se va manifestando a medida que la vamos limpiando.

## Meditación

Démonos cuenta de hasta qué punto la vida humana es preciosa, y aspiremos profundamente a fin de extraer su quintaesencia. Comparada con la de los animales, esta vida nos ofrece la posibilidad extraordinaria de llevar a cabo una obra benéfica que sobrepasa los límites de nuestra mera persona. La inteligencia humana es un instrumento extremadamente poderoso, capaz de engendrar tanto inmensos beneficios como de producir terribles desgracias. Utilicémosla para eliminar gradualmente el sufrimiento y descubrir la auténtica felicidad, y no solo para nosotros mismos, sino también para todos los que nos rodean, de modo que cada instante que pasa valga la pena de ser vivido y para que, cuando nos llegue el momento de la muerte, la saludemos sin pesar, como el campesino que cultivó su campo lo mejor que pudo. Permanezcamos durante unos

instantes reflexionando sobre esta profunda apreciación.

## Fuente de inspiración

Una de las principales dificultades con las que nos encontramos al tratar de examinar nuestro espíritu es la de la convicción profunda, y a menudo inconsciente, de que somos como somos y no podemos cambiar nada. Yo mismo experimenté este sentimiento tan pesimista e inútil en mi infancia, y también he podido detectarlo con mucha frecuencia en otras personas en el transcurso de mis viajes por el mundo. Sin que ni siquiera seamos conscientes de ello, el hecho de ver así nuestro espíritu, como algo rígido, impide por sí mismo cualquier tentativa de cambio.

*“Algunos me han dicho que han intentado cambiar por medio de declaraciones afirmativas, por medio de oraciones o de visualizaciones, pero que con frecuencia han dejado de hacerlo al cabo de unos días o de unas semanas porque no veían un*

*resultado inmediato. Cuando los métodos se revelan ineficaces, dejamos de asociarlos a la idea de que pueden transformar nuestro espíritu. Sin embargo, en el transcurso de mis conversaciones con personas sabias de todos los países, hay un dato que siempre me ha llamado la atención: casi toda la comunidad científica se pone de acuerdo en que el cerebro está estructurado de tal modo que es posible efectuar verdaderos cambios en nuestra experiencia diaria". Yongey Mingyur Rimpoché*

### LA NATURALEZA EFÍMERA DE TODAS LAS COSAS

¿Para qué sirve exactamente reflexionar sobre la naturaleza transitoria de los seres y las cosas? La vida humana, por breve que sea, tiene un valor inestimable. La reflexión sobre la impermanencia permite apreciar el valor del tiempo, darse cuenta de que cada segundo de la vida es precioso, mientras que por lo general dejamos que el tiempo se escape como polvo de oro entre los dedos. ¿Por qué siempre dejamos para luego aquello que intuitivamente sabemos que es esencial? Pero eso no implica que haya que patear de impaciencia esperando unos resultados inmediatos, sino que hay que adquirir la determinación inquebrantable de no perder más tiempo en distracciones que no tienen ningún sentido. No sigamos dejándonos engañar por la ilusión de que "tenemos toda la vida por delante". Cada instante de vida es precioso, porque la muerte puede sobrevenir en cualquier momento. La manera como se ve la muerte influye considerablemente sobre la calidad de la vida. Algunos se sienten aterrorizados, otros prefieren no pensar en ello, pero también los hay que meditan sobre este tema para apreciar mejor el valor de cada instante y discernir lo que vale la pena vivir. Aunque frente al carácter inevitable de la muerte todos los seres sean iguales, difieren en cuanto a la manera de prepararse para ese momento. El sabio lo utiliza como si fuera un aguijón que aviva su coraje y lo preserva de distracciones vanas. No vive obsesionado por la muerte, sino que es perfectamente consciente de la fragilidad de la vida, de modo que concede todo su valor al tiempo que le queda. El que aprovecha cada instante para convertirse en una persona mejor y contribuir a la felicidad de los demás morirá en paz. Si conseguimos tomar consciencia de la naturaleza esencialmente cambiante de todas las cosas, ¿cómo es posible que creamos que un ser es profundamente malo o que una cosa no es en absoluto deseable o por completo aborrecible? ¿Cómo podemos pensar que algo es de forma intrínsecamente "nuestro"? ¿Cómo podemos pretender que nuestro "ego" permanezca inamovible

en medio del flujo siempre cambiante de nuestra consciencia?

Comprender que el cambio está inscrito en la naturaleza de todos los fenómenos del mundo animado o inanimado hace que no nos aferremos a las cosas como si debieran durar eternamente. Tarde o temprano, esta última actitud provoca sufrimiento ya que falsea la realidad. Además, cuando el cambio se manifieste comprenderemos que está en la propia naturaleza de las cosas y nos afectará menos.

### Meditación

Pensemos en la sucesión de las estaciones, los meses y los días, de cada instante, y en los cambios que afectan a todos los aspectos de la vida de los seres; por último, pensemos en la muerte, que, aunque es ineluctable, la hora de su llegada es incierta. ¿Acaso sé cuánto tiempo me queda de vida? Aunque viva hasta una edad avanzada, el final de mi vida pasará tan rápidamente como el principio. Así pues, es importante que examine, en lo más profundo de mi ser, lo que verdaderamente cuenta en la existencia, y que utilice el tiempo que me queda de vida del modo más fructífero posible, por mi bien y por el de los demás. Si aspiro a meditar y a desarrollar mis cualidades interiores, nunca será demasiado pronto para dedicarme a ello.

### Meditación sobre el vaivén de la respiración

Sentémonos procurando estar cómodos o, por lo menos, manteniéndonos bien erguidos en una postura físicamente equilibrada. Ahora, la plena consciencia consiste en que no dejemos de estar atentos a cómo respiramos, sin olvidarnos de ello y sin permitir que nada nos distraiga.

Respiremos con calma y con naturalidad. Concentremos toda nuestra atención en el ir y venir de nuestro aliento. Estemos particularmente atentos a la sensación que crea el paso del aire por las fosas nasales, ya que ahí es donde lo percibimos con más intensidad. Según el caso, lo notaremos en la entrada de la nariz, o un poco más adentro, o incluso más arriba, en los senos nasales. También deberemos fijarnos en el momento en el que el aliento se queda en suspenso, entre la espiración y la inspiración siguiente. Luego, inspirando, concentrémonos de nuevo sobre el punto en el que notamos que pasa el aire. Asimismo, concentrémonos en el momento en el que la respiración se para durante un segundo entre la inspiración y la espiración siguiente. Concentrémonos del mismo modo en el ciclo siguiente, y así sucesivamente, respiración tras respiración, sin tensiones, pero sin relajarnos

tanto que caigamos en un estado de torpeza. La consciencia de nuestro aliento tiene que ser límpida y serena. Buda utilizaba la imagen del aguacero, que barre las masas de polvo que levanta el viento a fin de dar paso a un cielo puro y luminoso. El polvo representa la agitación y la confusión mental; el benéfico aguacero, la concentración sobre el aliento, y el aire puro, la calma y la claridad interiores. No modifiquemos de forma intencionada el ritmo de nuestra respiración. Sin duda, nuestro aliento será un poco más lento, pero eso tiene que hacerse de una manera natural. Tanto si nuestra respiración es larga como si es corta, lo único que sencillamente debemos hacer es ser conscientes ante ese hecho. Sin duda, tarde o temprano o bien cederemos a la distracción, que suele ir acompañada por una proliferación de pensamientos, o bien caeremos en un vago estado de semisomnolencia, o incluso en una combinación de ambas cosas; es decir, en un estado confuso asatado por una gran profusión de pensamientos erráticos. En este punto es en el que no deberemos bajar la guardia: tan pronto como nos demos cuenta de que hemos perdido la concentración, simplemente recuperémosla, pero sin sentirnos agobiados por un sentimiento de pesar o de culpabilidad. Volvamos a estar atentos a nuestro aliento, como la mariposa que vuelve sobre una flor después de haber revoloteado a derecha y a izquierda sin una razón aparente. Y cuando los pensamientos nos asalten, no tratemos de pararlos —lo que, por otra parte, no es posible puesto que ya se han hecho realidad—, sino que limitémonos a no alimentarlos: dejemos que atraviesen el campo de nuestra consciencia como el ave pasa por el cielo sin dejar rastro. A veces, durante algunos instantes también podemos escoger la propia distracción como objeto de concentración. Luego, tan pronto como nuestro espíritu esté otra vez atento, volveremos a dirigir nuestra atención hacia la respiración. Si nos sobrevienen otras sensaciones físicas, por ejemplo, un dolor causado por el hecho de haber estado demasiado tiempo sentados en la misma postura, no nos irriteemos ni dejemos que ese dolor nos abata. Incluyámoslo en la plena consciencia y luego sigamos observando nuestro aliento. Pero si el dolor se agudiza hasta el punto de llegar a perturbar la meditación, es preferible relajarse un momento, o hasta poner en práctica durante un rato el "andar concentrándose en cada paso", para luego seguir meditando sobre nuestra respiración con un espíritu bien dispuesto y una concentración más viva.

**FUENTE: EL ARTE DE LA MEDITACIÓN – MATTHIEU RICARD, MONJE BUDISTA Y BIÓLOGO MOLECULAR.**

# Carlos Castaneda, navegante del infinito

José Carlos Orrillo

*Un hombre, cualquier hombre, merece cuanto les toca en suerte a los hombres: alegría, dolor, tristeza y lucha. No importa la naturaleza de sus actos, siempre y cuando actúe como guerrero.*

*Si su espíritu está deformado, simplemente debe arreglarlo, depurándolo y perfeccionándolo, porque no hay en la vida una tarea más digna de emprenderse. Buscar la perfección del espíritu del guerrero es la única tarea digna de nuestra transitoriedad y de nuestra condición humana*

Don Juan Matus

Carlos Castaneda quizá sea uno de los autores más polémicos e inasibles del siglo XX y sus libros, hasta hoy, son difícilmente clasificables. Acusado de fraguar una mezcla confusa de chamanismo, antropología y mistificación, sus detractores (provenientes en su mayoría del campo científico), han demostrado una ceguera generalizada al ser incapaces de entender que la obra de Castaneda es el testimonio de un singular camino de aprendizaje, realizado junto al nagual Don Juan Matus más allá de los límites de la percepción y el conocimiento ordinario. Su obra puede entenderse como un testimonio de experiencias vividas en el proceso de transformación de la conciencia ordinaria hacia la conciencia acrecentada o conciencia despierta del chamán.

Los datos biográficos sobre Carlos Castaneda son escasos y contradictorios. Según los registros de inmigración estadounidense, nació en Cajamarca, Perú, en 1925, pero él sostenía haber nacido en Brasil. También afirmaba haber sido enviado a los Estados Unidos a la edad de quince años donde vivió con una familia adoptiva. En 1959 se nacionaliza estadounidense e ingresa a la Universidad de California de Los Angeles (UCLA) donde se gradúa en



¡SÍ, EL MUNDO ES UNA ILUSIÓN. PERO LA VERDAD ES MOSTRADA ALLÍ CONSTANTEMENTE - SUBHANI

antropología en 1962. Con sus libros *Las enseñanzas de Don Juan* (1968) y *Viaje a Ixtlán* (1973) obtiene el máster y el doctorado, respectivamente. Castaneda no realizaba presentaciones en público, no daba entrevistas y no permitía que se le tomen fotografías.

Al encontrarse por primera vez con Don Juan Matus en 1960, Castaneda era un digno representante de la inconsciencia, engreimiento y soberbia del hombre occidental moderno. Por su parte, Don Juan era un chamán indio yaqui que pertenecía a un linaje cuyos orígenes se remontaban hasta los chamanes que vivieron en México en tiempos antiguos. Como estudiante de antropología de la UCLA, Castaneda esperaba encontrar al informante chamán ideal para iniciar su trabajo de campo. Pero fue Don Juan quien lo escogió a él, y paulatinamente lo sometió a un entrenamiento despiadado para despertarlo del estado de autocomplacencia en que se encontraba. El inicio de su aprendizaje incluyó la ingesta de plantas de poder y diversas experiencias sobrenaturales, pero rápidamente se dejó atrás esta etapa alucinatória y la enseñanza de Don Juan se concentró en socavar hábilmente las nociones preconcebidas de Castaneda sobre sí mismo y el mundo.

Escribir sobre Carlos Castaneda ya es un acto de poder. Sus libros más importantes (*Una realidad aparte*, *Viaje a Ixtlán*, *Relatos de Poder*, *El Lado Activo del Infinito*), actúan sobre la consciencia potenciando la activación de energías que duermen como volcanes –semillas de infinitas posibilidades– dentro de nosotros mismos. Sus historias, al comienzo presentadas como las aventuras de un antropólogo novato aprendiz de chamán, rápidamente evolucionan hacia un compendio de enseñanzas sintetizados magistralmente en lo que Don Juan llamaba el camino del guerrero: un implacable sistema de entrenamiento chamánico, diseñado para afinar la consciencia, despertar la visión y templar el espíritu, que puede ser leído también como un camino de vida diseñado a la sombra de la *impecabilidad*.

A pesar de la densidad conceptual de algunas de sus obras, sus enseñanzas son esencialmente prácticas. De hecho, Castaneda narra cómo, al inicio de su aprendizaje, es obligado por Don Juan a practicar tres técnicas o reglas de conducta para poder situarse eficazmente en el camino del guerrero: perder la

importancia, borrar la historia personal y parar el diálogo interno.

Además, como soporte de estas, los chamanes de su linaje debían desarrollar una especial consciencia de la muerte (“tener a la muerte como consejera”), que les daba la sobriedad para iluminar cada momento de sus vidas. En una rara entrevista de 1997 para la revista *Uno Mismo*<sup>(1)</sup>, Castaneda zanjó definitivamente la cuestión sobre la veracidad de los hechos presentados en sus libros. “Todo lo narrado allí sucedió, pero no bajo los parámetros de la conciencia ordinaria”. Quienes busquen en sus libros explicaciones lógicas o rastros de alguna metodología de investigación antropológica sobre chamanes, no encontrarán nada. Como obras literarias, por su manejo del ritmo y la prosa impecable, son magníficas. Pero no son mera literatura. Quizá por eso, Castaneda tiene tantos acólitos como detractores. Él mismo ha

**Castaneda narra cómo, al inicio de su aprendizaje, es obligado por Don Juan a practicar tres técnicas o reglas de conducta para poder situarse eficazmente en el camino del guerrero: perder la importancia, borrar la historia personal y parar el diálogo interno.**

declarado: “El objetivo de escribir los libros fue dado por Don Juan. Él aseveraba que si uno no es escritor, aún puede escribir, pero el escribir se transforma de una acción literaria en una acción chamanística. Quien decide el tema y el desarrollo de un libro no es la mente del escritor, sino una fuerza que los chamanes consideran como la base del universo y a la que llaman el *Intento*. Es el *Intento* quien decide la producción de un chamán, ya sea literaria o cualquier otra”.

Una premisa básica es que no podemos avanzar en el camino del guerrero desde la comodidad de la mente. En este sendero no tienen validez alguna la comprensión o los conceptos mentales. El camino del guerrero es esencialmente práctico, experimental. El mismo Don Juan afirmaba: “El camino del guerrero lo es todo. Es el arquetipo de la salud física y mental. No puedo explicarlo de ningún otro modo”. En el

caso de Castaneda, una vez iniciado su aprendizaje ya no le fue posible volver a su antiguo estilo de vida: su viejo sistema de creencias estaba totalmente resquebrajado y seguir el camino del guerrero fue su única opción para mantenerse con vida.

La enseñanza de Don Juan Matus es simultáneamente una vía de transformación de la consciencia y un entrenamiento evolutivo que busca ampliar los límites de la percepción humana hasta experimentar la energía tal como fluye libremente en el Universo. Don Juan escogió a Castaneda como el nuevo nagual (líder) que debía sucederlo en la continuación de su linaje, pero el linaje terminó con él y actualmente la organización *Cleargreen* se encarga de difundir sus enseñanzas agrupadas bajo el concepto de Tensegridad.

Castaneda murió en 1998. Antes de partir, había declarado: “Al mundo de Don Juan no se puede entrar intelectualmente como un diletante en pos de un conocimiento rápido y pasajero, ni tampoco se puede comprobar nada. Lo único que se puede hacer es llegar a un estado de consciencia acrecentada que nos permita percibir al mundo que nos rodea de una manera más amplia. En otras palabras, la meta del chamanismo de Don Juan es romper los parámetros de la percepción histórica y cotidiana, y entrar a percibir lo desconocido. De ahí que él se llamara a sí mismo un Navegante del Infinito”.

Personalmente, leer a Castaneda significó un cambio profundo en mi estado de consciencia, solo comparable a experiencias posteriores con plantas sagradas y al contacto con maestros vegetalista de la selva peruana. Sus visiones te embrujan para siempre, si es que te abres desde adentro y sin prejuicios a la experiencia. Los libros de Carlos Castaneda son en realidad puertas sin retorno hacia el lado activo del Infinito. Quien se atreva a cruzarlos, no volverá a extrañar nunca más la seguridad de la prisión de su vida pasada.

<sup>(1)</sup> Navegando en lo Desconocido: Una Entrevista a Carlos Castaneda. Recuperado en: <http://www.cleargreen.com/es/interviews/founders-carlos-castaneda-student-of-don-juan-matus>

# El Jardín Botánico de Lima (JBL)

*Esta propuesta expone la visión de un jardín botánico en Lima Metropolitana, ciudad que actualmente carece de ese recurso. Se propone solicitar un terreno adecuado y la legislación necesaria para el Jardín Botánico de Lima y obtener el apoyo de todos los interesados.*

## Prólogo y justificación

Perú, una de las diez naciones más biodiversas en el mundo, no tiene un jardín botánico (JB) nacional. Lima, una de las diez áreas metropolitanas más pobladas en las Américas y la capital de la nación, no tiene ningún JB significativo.

Tenemos arboretos ubicados en universidades y dos colecciones de plantas medicinales peruanas, ninguno de ellos abierto al público. El Parque de las Leyendas contiene un zoológico grande y una pequeña sección conocida como JB. El Museo de Historia Natural tiene un pequeño JB que está abierto al público. Pero el Perú no tiene ningún JB moderno, cuyo objetivo sea adquirir y difundir el conocimiento botánico, mantener un banco de semillas y una colección documentada de plantas vivas para investigación científica, conservación, exhibición y educación. Necesitamos un jardín con una fuerte conexión con el público, un centro de visitantes y servicios para estos, incluyendo visitas guiadas, muestras educativas, exhibiciones de arte, salas de lectura, espectáculos teatrales y musicales al aire libre y otros entretenimientos.

La biodiversidad del Perú es un gran tesoro mundial sin vitrina. Necesita un hogar, un punto focal, donde pueda ser recolectado, estudiado y apreciado. Como en muchos valiosos ecosistemas alrededor del mundo, gran parte del Perú sufre de sobreexplotación de sus recursos y el cambio climático. Lima, situada entre las estribaciones andinas y la orilla del océano Pacífico, ha visto un incremento espectacular de su población desde menos de 500,000 personas en la década de 1940 a 10 millones hoy en día, dejando escaso lugar para parques públicos y jardines que los residentes puedan disfrutar. Las ciudades han reconocido hace tiempo la importancia de las áreas verdes para el bienestar social, económico y ambiental de sus residentes.

El mundo está apreciando el hecho de que el Perú albergue alrededor de 25,000 especies de plantas, 30 % de las cuales son endémicas. El ecoturismo ha explotado en el Perú, con mucha gente de paso por Lima en su camino a destinos de todo el país



pero sin encontrar puntos de particular interés para ellos en la capital. Un jardín botánico nacional sería el lugar perfecto para detenerse y tener una visión general de la biodiversidad de una nación entera. El impacto económico, la importancia y el prestigio para la nación del establecimiento de un jardín botánico de clase mundial en Lima sería importante para muchas generaciones venideras.

## Visión

Nuestra visión es un Jardín Botánico moderno en Lima, con diversas colecciones de plantas, especialmente nativas y endémicas representativas de los ecosistemas peruanos.

El clima de Lima es templado a cálido con humedad relativa siempre alta. Sus lluvias son muy bajas, con un promedio de 30 mm al año en el sector urbano y las temperaturas raramente exceden los 14 – 29 °C. Muchas plantas, tanto nativas como exóticas, pueden ser

cultivadas al aire libre. Otras requieren invernaderos. El JBL será mundialmente famoso, no solo por su belleza gracias al paisajismo de plantas ornamentales, sino también como un centro de conservación de plantas silvestres, incluyendo los ancestros de importantes alimentos.

Las plantas amenazadas del desierto costero, las lomas, los humedales, el bosque seco tropical, las alturas andinas, y la selva alta y baja serán documentadas, expuestas, estudiadas y protegidas, y sus semillas serán preservadas en un banco de semillas moderno.

Turistas e investigadores de todo el mundo visitarán el JBL; niños y adultos conocerán la extraordinaria herencia natural del Perú, y aprenderán a cuidarla y trabajar contra la deforestación, degradación y desertificación. El JBL vivirá mucho más que nosotros, adaptándose a los cambios, creciendo en tamaño y utilidad, y mejorando la calidad de vida de los limeños. Con el tiempo, el JBL liderará una red de

JB regionales, donde las plantas nativas puedan ser estudiadas y conservadas en sus hábitats naturales.

## Misión

La misión del Jardín Botánico de Lima será contribuir a la conservación de la biodiversidad del Perú.

El JBL tendrá colecciones significativas de plantas vivas de tantos ecosistemas peruanos como sea posible, todas registradas y monitoreadas en una base de datos y correctamente etiquetadas. Se establecerá un banco de semillas de todas las plantas del JBL, y un especial cuidado será dado a las especies raras y amenazadas.

La conservación va de la mano con la educación. El hecho de que Perú, en contraste con la mayoría de países latinoamericanos, nunca haya tenido un jardín botánico nacional, sugiere que las autoridades peruanas y el público en general no se dan cuenta de la importancia de las plantas, y son generalmente indiferentes a la pérdida de biodiversidad. Un centro de visitantes, paseos guiados, y clases de horticultura para niños y adultos serán parte de nuestro compromiso ambiental y botánico.

La investigación científica será tarea importante, como también lo será el disfrute público de las muestras; y el contacto con la naturaleza será valioso para el público en general y los turistas visitantes.

## Introducción

El objetivo de esta propuesta es conseguir apoyo para un Jardín Botánico en Lima (JBL): una institución científica y educativa que consista en reunir una colección de plantas vivas, incluyendo las de varias regiones del Perú (el desierto de la costa, la sierra andina y la selva amazónica). Estas serán exhibidas en un JB abierto al público, para los siguientes propósitos: (i) la conservación de las especies, inclusive las raras y amenazadas; (ii) la educación ambiental del público en general; (iii) la investigación científica; (iv) el disfrute de la naturaleza y el esparcimiento para los ciudadanos de Lima; y (v) el mejoramiento del aire y la calidad de vida de la ciudad.

## Requisitos

- Un terreno adecuado de 10 o más hectáreas con suficiente agua de riego y con acceso fácil y agradable.
- Administración: directorio, fideicomiso y personal calificado.

## Financiación

- Fondos adecuados para implementación y mantenimiento permanente, por medio de instituciones nacionales e internacionales y fuentes privadas.

- Autogenerada: boletería, cuota anual de membresía, eventos, exposiciones, ingresos por cafetería y tienda de regalos. Asociación de amigos del JBL, servicios de voluntariado competente.

## Cronograma inicial

Se podrá establecer un cronograma válido solo una vez definido el terreno en que se implantará el JBL y que esté asegurada su irrigación.

En principio, las diversas etapas son:

- 1) Establecimiento de un proyecto de diseño.
- 2) Estudio de factibilidad.
- 3) Plan maestro.
- 4) Implementación del proyecto y evaluación de la inversión.



El diseño de cada JB es único. Es también el factor más importante para su éxito. El BGCI (Botanic Gardens Conservation International, o Conservación Internacional en Jardines Botánicos) y jardines botánicos importantes a nivel mundial han ofrecido su asistencia en el proceso.

El diseño será ejecutado por contratistas responsables que trabajarán conjuntamente con el equipo de diseño y con los organizadores del proyecto.



## Instalaciones

- 1) Muro o cerco con seguridad en todo el perímetro.
- 2) Vivero, almacenamiento de equipos e insumos.
- 3) Caminos de servicio y senderos para visitantes.
- 4) Estacionamiento, entrada, recepción y servicios higiénicos.
- 5) Instalaciones para el personal
- 6) Centro de visitantes (incluyendo tienda y cafetería), oficinas, salas de conferencia y exhibición.
- 7) Invernaderos climatizados.
- 8) Laboratorio.

## Horticultura

- 1) Reservorio de agua, sistema de irrigación.
- 2) Movimiento de tierra según planos.
- 3) Selección y colección de especies.
- 4) Base de datos, etiquetas para cada planta y banco de semillas.
- 5) Lago, laguna y/o ejemplo de humedal de la costa.
- 6) Arboreto y cactario.
- 7) Paisajismo del jardín de acuerdo a diseño.

## Administración

Directorio, gerente general, directores de los diferentes departamentos.

## Campaña de recolección de fondos

Proponer al Congreso de la República la aprobación de una legislación que permita obtener "Obras por impuestos".

Medios de comunicación, redes de Internet, marketing profesional.

## Beneficios y conclusión

La naturaleza atrae a los seres humanos, y el contacto directo con las plantas es la mejor lección para aprender la importancia de la vegetación y la urgencia de conservar o restaurar nuestro maravilloso patrimonio natural.

Los jardines botánicos del mundo atraen 500 millones de visitantes por año, y un buen JB produce notables beneficios a la ciudad y prestigio a la institución que lo crea, inclusive:

- Conservación del patrimonio natural del Perú. La necesidad de un banco de semillas y la preservación a largo plazo de germoplasmas se vuelve cada día más importante como respuesta a la deforestación, degradación y desertificación.
- Educación para la población urbana que con frecuencia ignora o es insensible a nuestra total dependencia de la naturaleza y de las plantas. Las personas están abiertas a ideas nuevas cuando se encuentran en un entorno agradable.
- Oportunidad de esparcimiento y recreación para los limeños quienes los domingos y feriados saturan los pocos parques y áreas verdes disponibles.
- Atracción para los turistas, oportunidades de avistamiento de aves y orientación para el ecoturismo.
- Captación de polvo y polución aérea por la gran área verde urbana.
- Valorización económica y mejoramiento estético para la ciudad, el distrito y el vecindario. Un JB estimula actividades económicas satélites y mejora el valor de la propiedad en el entorno.
- Importante fuente de información científica para investigadores.
- Nuevas oportunidades de empleo.

NOTA: Esta propuesta está basada en información de BGCI *Manual on Planning, Developing and Managing Botanic Gardens. (Manual de Planificación, desarrollo y gestión de jardines botánicos, 2016).*

El concepto de un Jardín Botánico para Lima es apoyado por el BGCI, organización global para membresía de jardines botánicos.

Para más información, favor dirigirse a [info@jardinbotanicodelima.com](mailto:info@jardinbotanicodelima.com)

AUTORES: MARÍA ANGÉLICA MATARAZZO DE BENAVIDES, MARC J. DOUROJEANNI, PAUL SMITH Y KEVIN BARKS.

## Pierre Rabhi, agricultor biológico, filósofo de la Tierra

**Q**uerido Pierre Rabhi, lo primero es saber ¿de dónde viene usted?, ¿cuáles son sus orígenes?

Nací en 1938 en un pequeño oasis de Argelia. De cultura musulmana y de tradición sahariana perdí a mi madre a los cuatro años de edad, y mi padre, herrero de profesión, me confió al cuidado de una pareja francesa — un ingeniero y una institutriz— para ser educado conforme a la cultura occidental y, a la vez, según mi cultura tradicional. Desde hace 45 años vivo en Francia con mi esposa que es francesa, y hemos tenido cinco hijos. En 1961 compramos una pequeña finca agrícola que, desde entonces, gestionamos siguiendo los principios de la agroecología.

**Dicen los sabios que la naturaleza es un libro que enseña...**

Sí, es cierto, la naturaleza es objetivamente un libro abierto que, sin embargo, cuenta con pocos lectores. No son muchos los seres humanos conscientes de que la naturaleza es portadora de los fundamentos esenciales de la vida y de que encarna un mensaje.

**Algunos autores piensan que haber negado el aspecto sagrado de la naturaleza es la raíz de la violación de todas sus leyes, y de la actual crisis medioambiental. ¿Qué piensa usted de ello?**

Estoy completamente convencido de que la ruptura con la visión sagrada que tenían los pueblos primitivos —que ha sido la responsable de que la humanidad pasara de una concepción del tipo “yo pertenezco a la naturaleza y a la vida, y soy una de las obras de la vida” a la convicción de que “la vida me pertenece”—, supuso realmente un cambio radical. Precisamente entonces, la visión que teníamos de la naturaleza desarrolló nuestros instintos predadores, y de este modo la convertimos en un bien privado, exponiéndonos a todas las destrucciones que constatamos hoy en día.

**Cuando llegó a París, ¿cuál fue la diferencia principal que encontró entre el mundo de la naturaleza/tradición y el mundo de la ciudad/modernidad?**

Las ciudades me parecen, de algún modo, entidades minerales de las que la naturaleza está totalmente excluida, excepción hecha de algunos árboles que se aburren en los parques, algunos gatos o perros en las casas, peces rojos o macetas con geranios. Estamos en un universo sin tierra, del que la naturaleza queda excluida. Existe incluso una paradoja: el propio



hombre ha creado ese mundo mineral y ya no se considera a sí mismo parte de la naturaleza.

**¿Puede la actual ecología convertirse en un camino de retorno al origen y conectarnos incluso con el misterio espiritual que encierra la Naturaleza?**

Sí, evidentemente. La ecología encarna la inteligencia de la vida. Puede ser un auténtico camino iniciático, siempre y cuando sea abordada justamente desde la perspectiva del Misterio, es decir, de lo que no se nos puede revelar por los meros fenómenos: tras estos opera esa inteligencia misteriosa que sentimos en lo más profundo de nuestra alma y de nuestra mente, que nos une a través del aspecto más sutil de nosotros mismos con esa gran sinfonía de la vida.

**Antes se trabajaba para vivir, ahora se vive para trabajar. ¿Quedan aún trabajos que no alienen al hombre, y le permitan recuperar un tempo interior más armónico con la naturaleza? ¿Es una utopía pretender que el hombre tecnologizado dé marcha atrás y vuelva a utilizar sus manos?**

Con la revolución industrial, hemos entrado a un nuevo paradigma que se funda en la combustión

energética, el caballo de vapor de la termodinámica, y ha establecido otra relación con el tiempo y el espacio. La civilización industrial, con la productividad, la eficacia y la velocidad, nos ha alejado de los eternos ritmos del cosmos, de las estaciones, a los que la civilización agraria nos mantenía unidos.

En consecuencia, hemos creado un espacio-tiempo paralelo hiperactivo, que no se corresponde realmente con nuestra naturaleza. Los latidos de nuestro corazón y nuestra respiración, al igual que nuestros biorritmos, no dejan de recordarnos que pertenecemos a las grandes cadencias de la vida. Al haber roto con esas cadencias, estamos condenados al “siempre más”, al “siempre más deprisa”, y hemos convertido el tiempo en una presión. Lo cierto es que, si el ser humano no quiere explotar en esa realidad, será indispensable volver al ritmo cósmico, a las estaciones, y a todo lo que imprime su cadencia a la vida desde sus orígenes.

**¿Está preparada la sociedad moderna para decrecer o el virus del progreso globalizador acabará enfermando lo que queda de las sociedades tradicionales, que están aún arraigadas en la tierra en este hermoso planeta?**

La revolución industrial ha instaurado un modelo hegemónico que ha gangrenado todo el planeta, partiendo del beneficio sin límites y del poder absoluto del dinero. El dinero se ha convertido en la divinidad dominadora y tutelar de todo individuo. En nuestras sociedades modernas, quien no tiene dinero no existe socialmente, lo que ha llevado a una exacerbación de la necesidad de poseerlo por ser el único garante de la supervivencia.

El crecimiento económico indefinido se fundamenta en un sistema financiero basado en la angustia por la carencia y no en la satisfacción por tener. El ser humano moderno funciona cada vez más conforme a una sensación de carencia permanente, con la obsesión de “siempre más” y, evidentemente, esta opción fundada en la adquisición indefinida de bienes arrastra con su violencia a comunidades para las que este principio no solo carece de valor, sino que además es contrario a su concepción, con frecuencia frugal y moderada, de la vida.

**¿Por qué le es tan difícil al ciudadano medio darse cuenta y reaccionar ante la evidencia de que actualmente el sistema que dirige sus vidas se basa en el producto interior bruto y en la avaricia sin límites, y no en sus necesidades esenciales?**

El hombre moderno está preparado desde su infancia y su etapa escolar, para integrar la ideología del beneficio. La escolarización, en lugar de formar seres completos en todas sus vertientes crea más bien soldados de la economía. Los medios de los que dispone un ser que es educado en la posesión, la competitividad y el antagonismo le sirven para imponerse o someterse solo al dinero; en consecuencia, existe una neurosis colectiva que no puede concebir la vida más que basándola en la insaciabilidad y en el “siempre más” indefinido.

No nos queda más que deplorar esta situación que causa tanto sufrimiento. Es urgente volver a dar al dinero su auténtica función: La de atender y regular las necesidades entre los seres humanos, y no la de dominar su destino.

**¿Despertará el cambio climático la consciencia dormida, o lo que despertará será más egoísmo en medio de las catástrofes anunciadas?**

Parece que se pueden dar ambas cosas en función de la naturaleza de las personas, de su bagaje personal o de su actitud moral con respecto a la vida. Hay personas que, al contrario de esa concepción, pensarán que para salir bien paradas es necesario valerse de la solidaridad, pero, por desgracia, son ciertamente minoritarias. También existen los que, llevados por el pánico, pensarán que para encontrar la vía de salida se debe recurrir a la violencia y al antagonismo, con una actitud egoísta y de cada uno a lo suyo. Esta segunda actitud es evidentemente la

más irracional y la más peligrosa, ya que, por querer salir solo del paso, nadie saldrá realmente.

**¿Cuál es la diferencia entre agricultura industrial y agroecología?**

La agricultura industrial se basa en la restitución de sustancias químicas que se añaden al suelo para obtener una productividad importante, lo que ha dado lugar a los abonos artificiales. Estos abonos se deben, en particular, a Justus von Liebig, quien, en su intento por comprender la fecundidad del suelo, quemó algunas plantas y analizó sus cenizas en las que descubrió cuatro elementos fundamentales: nitrato, fósforo, potasio y calcio. Él pensó que la planta extraía esas sustancias del suelo empobreciéndolo y, en consecuencia, bastaba con restituir las. De este modo, creó la agricultura de la restitución mineral con abonos químicos y, por tanto, el dopaje de los suelos. Se ha llegado de esta manera a una incomprensión del carácter vivo del suelo, de su metabolismo, y así es como se ha producido su deterioro.

La agroecología, por otro lado, parte del principio de sustitución, es decir, que se inspira en las leyes que la naturaleza ha establecido desde sus orígenes para perpetuarse.

La naturaleza es capaz de reciclar y de volver a introducir en el dinamismo general todo lo que ha creado. La agroecología, inspirándose en esas reglas, recurre a materias orgánicas que pueden transformarse en humus, ha comprendido que no se tienen que trastocar las estructuras del suelo, que es preciso evitar el monocultivo y que, por el contrario, hay que reconstituir ecosistemas acercando las plantas, integrando al animal en el ciclo y gestionando el agua de forma racional.

**¿Puede la agroecología dar de comer a un mundo de 9.000 millones de seres humanos en medio de los impactos del cambio climático en el campo?**

La agroecología es mucho más apta para alimentar al género humano constituido por poblaciones pobres, que una agricultura basada en el petróleo, ya que se necesitan alrededor de tres toneladas de petróleo para fabricar una tonelada de abono y, como el abono está indexado al dólar, ningún campesino pobre puede acceder a estos bienes, a estos insumos tan costosos.

Se llegará a la satisfacción alimentaria del planeta haciendo que los campesinos sean autónomos, siempre y cuando sean suficientemente numerosos y estén movilizados en pro de la tierra para valorizar al máximo los recursos de su territorio y responder a las necesidades alimentarias. Hoy en día, todavía contamos con suficiente agua, tierra, vegetales y animales como para poder responder a esa necesidad. Sin embargo, la configuración

actual, con poblaciones concentradas en los polos urbanos, constituye un número de bocas que alimentar cada vez más numeroso y de individuos que ya no responden directamente a sus propias necesidades alimentarias. La agricultura ecológica puede alimentar al mundo, siempre y cuando se incluya en un plan general de organización, dando al espacio rural su valor y movilizándolo una mano de obra actualmente ociosa.

**¿Cómo va el Mouvement International pour la Terre et l'Humanisme (Movimiento Internacional para la Tierra y el Humanismo) que usted inició recientemente?**

El Mouvement International pour la Terre et l'Humanisme se concibe como un intento de reunir el mayor número de consciencias en pro de la urgencia ecológica y humana. El objetivo de este movimiento es poner de manifiesto que existen alternativas realistas, que ya se están aplicando en varios lugares del planeta, y que pueden servir de inspiración para la política del futuro.

Porque es evidente que, una vez que nuestro modelo de sociedad llegue a sus límites y a su fin, será necesario plantear otro modelo, basado en la autonomía, en la simplicidad de vida, para preservar los recursos del planeta y para evitarle los perjuicios que lo están deteriorando. A este movimiento pueden adscribirse todas las personas, instituciones u organizaciones que compartan los valores enunciados en su carta fundacional, lo que puede constituir no una fuerza de reacción, sino una fuerza de proposición.

**¿Puede asociar una reflexión poética a estas tres palabras: silencio, agua, árbol?**

Por supuesto, el silencio, el agua y el árbol ya resuenan poéticamente, pero el silencio puede ser de dos clases: Está el silencio que implica ausencia de ruido, y el silencio interior, que se basa en el cese de la actividad mental, en el sosiego de la mente. Y cuando conseguimos asociar el silencio exterior y el silencio interior, nos encontramos en la plenitud del silencio. El agua, por supuesto, evoca un bien precioso, límpido, en la poética, pero también puede ser malgastada, contaminada, degradada e incluso puede ser foco de enfermedades y causa de destrucción. El árbol es un ser vivo, pero también puede representar estéreos de madera. Creo que la poética solo se abrirá paso si el observador tiene una disposición interior favorable. Se puede ver un árbol como un ser vivo, sensible, un auténtico canto de la tierra, o como un montón de madera. La admiración necesita un admirador.

FUENTE: ENTREVISTA POR BEATRIZ CALVO VILLORIA

# El niño y los Siete Abuelos: enseñanzas ancestrales de la nación Ojibway

Pedro Favaron

Una de las ceremonias medicinales más expandidas entre las naciones indígenas de México y Norteamérica, es la Casa de la Sudación, también conocida como Temezcal. Se afirma que esta forma medicinal es un regalo del Creador a la humanidad, para que las personas puedan purificar su mente, su cuerpo y su espíritu. Herb Nabigon, un médico tradicional de la nación Ojibway, de Canadá, me contó la historia de un pequeño niño que, gracias a una visión que recibió del mundo espiritual, legó a la humanidad la sabiduría medicinal que le fuera impartida por los “Siete Abuelos”. Las enseñanzas de estos “Siete Abuelos” nos permiten vivir bien, con generosidad y sirviéndonos los unos a los otros. El niño pequeño las legó a los seres humanos para que supiéramos cuidar de nosotros mismos, de nuestras familias y de todos los seres vivos sobre la tierra.

Cuando el pequeño niño vivió en este mundo, los humanos discutían y se hacían la guerra. Cansado de tanto desequilibrio y crueldad, el niño se retiró al bosque a meditar y ayunar. Cuando el Creador vio los sufrimientos voluntarios a los que se sometía, sintió compasión por él y lo llevó a su morada. Entre dormido y despierto, el niño vio una casa en forma de domo, cuya puerta de entrada se dirigía en dirección al este, mirando hacia un fuego sagrado. Según Herb Nabigon, “ese fuego sagrado es el símbolo de la presencia de la divinidad en cada ser vivo. Nuestra responsabilidad es mantener ese fuego intacto. La puerta daba hacia el Este porque el niño estaba ahí para renovarse a sí mismo. Renacer es la principal enseñanza que nos brinda el Este”. El sol despunta desde el oriente, por lo que es símbolo del nacimiento y la renovación. Así como el sol se oculta y vuelve a nacer cada día, es posible para nosotros purificarnos en las noches ceremoniales y renovarnos, para volver a la vida con salud y rejuvenecidos.

Cuando el niño experimentó esta visión, dudó; aún no sabía si debía entrar en la Casa de Sudación o no. Según me contó Nabigon, al niño se le acercó entonces el primero de los siete ancianos sagrados, el Abuelo Sabiduría. “La sabiduría”, dice Nabigon,

“nos enseña a poner en práctica las enseñanzas que recibimos. Cuando nos mantenemos en la sabiduría, somos guiados por ella de manera natural hacia el amor. Conocer al Abuelo del Amor es tener paz interior”. La sabiduría surge cuando las experiencias vividas se interiorizan; el conocimiento hace cuerpo y echa raíces en nuestro interior. Entonces aprendemos algo y surge una nueva luz, capaz de guiar nuestras acciones. La acumulación de teorías desconectadas de nuestras prácticas es un artificio mental. El verdadero conocimiento

**La sabiduría se manifiesta en nuestra forma de alimentarnos, de soñar, de reír, de hablar y amar. Debemos permanecer atentos, presentes en el aquí y en el ahora, para poder cultivarnos en lo que cada momento tiene para enseñarnos.**

transforma nuestra manera de caminar y de respirar, de relacionarnos con los otros y con el territorio vivo. La sabiduría se manifiesta en nuestra forma de alimentarnos, de soñar, de reír, de hablar y amar. Debemos permanecer atentos, presentes en el aquí y en el ahora, para poder cultivarnos en lo que cada momento tiene para enseñarnos. Según Nabigong, cuando no aprendemos aquello que las experiencias traen para nosotros, la misma lección vuelve bajo diferentes aspectos y ocasionando sufrimiento, una y otra vez, hasta que podamos asimilar la lección. No existe tal cosa como una sabiduría egoísta, irrespetuosa o impiadosa. La sabiduría no puede ser separada del amor al Creador y al resto de seres vivos. La sabiduría viene de Dios y nos eleva a Él. Por eso, luego de conversar con el anciano Sabiduría, al niño se le presentó el abuelo Amor. Cuando miramos el mundo con sabiduría, comprendemos que todas nuestras vivencias, incluso aquellas que causan dolor, son lecciones compasivas que Dios nos brinda

para perfeccionarnos y acercarnos a Él. Las pérdidas que sufre un ser humano en su vida, los constantes cambios de la existencia, las mismas variaciones de los ciclos naturales, enseñan que debemos amar con desapego, sin aferrarnos a las formas físicas. Desear con apego no es amar; es pasión, dominación y celos, fuente de constantes temores y violencia. El amor es libertad. Cuando la luz amorosa del Creador vive en nuestro corazón, encontramos en ella toda la fuerza que precisamos para vivir de manera digna y hermosa. Vivir en el amor es pensar con el afecto, siendo generosos con quienes precisen ayuda y cumpliendo nuestra misión sobre la tierra. El amor no es pretencioso ni gusta de las mezquindades. La persona que se afirma en sus posesiones y en los bienes acumulados, vive dominada por el temor; no sabe compartir, pues teme perder todo lo conseguido con tanto esfuerzo. En cambio, quien confía en el Creador, sabe que el amor divino es un manantial inagotable. El aliento de Dios se renueva todo el tiempo; es siempre refrescante y limpio.

Luego de conocer al Abuelo Sabiduría y al Abuelo Amor, se apareció ante el pequeño niño el Abuelo Humildad, pues el amor y la sabiduría son indelugables de la humildad. El verdadero amor y la verdadera sabiduría no buscan imponerse y dominar; saben que cada quien es libre de ser y hacer aquello para lo que nació, siguiendo su propio propósito en la existencia. Al igual que la sabiduría y el amor, la humildad es indispensable para alcanzar la liberación. Quienes viven sujetos a su vanidad son esclavos. El ego es insaciable, y siempre aparece con nuevas exigencias. Muchas personas hacen grandes esfuerzos, todo el tiempo, tratando de satisfacer a su ego. Solo la humildad nos libera de estas urgencias de la vanidad. Según Nabigong, la enseñanza del Abuelo Humildad es que somos solo una pequeña parte del cosmos; pero, a pesar de ser tan pequeños, tenemos una responsabilidad y una misión en la existencia. Somos seres ínfimos, pero la grandeza del Creador, su aliento divino, está vivo en nuestro corazón; nos guía y da fuerza para beneficiar a todos los seres sensibles. La persona humilde reconoce que nada es por sí misma; para poder realizarse sobre este

mundo, necesita orar y pedir la asistencia de Dios. La sabiduría y el amor necesarios para poder cumplir nuestra misión en esta vida provienen del Creador.

El cuarto anciano que vino a visitar al niño fue el Abuelo Coraje. Uno puede pretender ser muy valiente frente a los demás; y tratar de demostrarlo con actitudes temerarias que ponen en riesgo su vida. Pero la verdadera valentía no tiene nada que probar. El coraje implica verse a uno mismo sin complacencias, y reconocer las propias debilidades y falencias. Como afirma Nabigon, “ser valiente es enfrentar a tu enemigo sin miedo. Eso incluye a tus demonios internos”. Resulta necesario aceptar nuestras tendencias anti-sociales y negativas para poder superarlas. Cuando el Gran Espíritu deposita su amor en nuestros corazones, nos da también la fuerza para rechazar nuestros venenos emocionales y nacer de nuevo, con un entendimiento regenerado que busca el bien y la belleza. Gracias a las enseñanzas del Creador y a su guía compasiva, podemos sanar nuestras heridas internas, nuestros resentimientos y odios, la envidia y las necesidades de la vanidad; libres de esas trabas, somos capaces de realizarnos de forma plena y servir a nuestros hermanos con eficiencia.

El siguiente Abuelo que se presentó fue Honestidad. Se necesita mucho valor para poder practicar la honestidad. Las personas dominadas por el temor nunca quieren mostrarse tal cual son. Crean grandes mentiras y artificios, para ocultar su verdad. La honestidad es, ante todo, un tipo de relación que establecemos con nosotros mismos. Honestidad no es decir lo primero que nos pasa por la cabeza, pues eso puede llevarnos a la descortesía y a la crueldad. Ser sincero es no engañarnos sobre quiénes somos y cuánto nos falta aprender. La persona que establece una relación honesta consigo misma tiene la posibilidad de liberarse y sanar. Sanar y liberarse no es otra cosa que volver a nuestra condición original. Según me enseñara Nabigong, el Abuelo Honestidad trabaja en conjunto con el Abuelo Respeto. Para hablar de respeto debemos conocernos a nosotros mismos y aceptarnos tal cual somos. La persona que no se respeta a sí misma, se hará evidente, no puede respetar a nadie más. Quien, en cambio, mediante un proceso de purificación medicinal, recuerda que la pureza de la divinidad vive en su corazón y es fuente de toda vida, no se atreverá a atentar contra sí mismo ni contra nadie más. Debemos aprender a respetar el regalo divino de nuestra existencia y honrar ese don cumpliendo nuestra misión.

Como se ha visto, cada uno de estos seis Abuelos se complementan y se implican. Nabigong dice que cuando todos ellos se armonizan, surge el Abuelo Verdad. Él no enseña a ser nosotros mismos y practicar la verdad en todo aquello que hacemos. Practicar la verdad es hacernos responsables de cuidar de nuestro corazón y de todos aquellos que necesitan nuestros cuidados. Si sabemos alimentarnos los unos a los otros con buenas palabras, con buenas pensamientos y sentimientos, con buenas amistades, nuestros corazones conservarán la luz que dio origen a la existencia. Debemos cuidar de nuestros corazones con amabilidad, como de niños recién nacidos, frágiles y hermosos. El niño pequeño, en medio de sus ayunos y sacrificios, aprendió que, dentro de la Casa de Sudación, el ser humano puede vincularse con los “Siete Abuelos” y escuchar sus enseñanzas. El calor y el vapor purifican y amplían nuestras capacidades perceptivas. Las enseñanzas de los “Siete Abuelos” están disponibles para todo el que los busque con sinceridad y humildad. Si permitimos que la Sabiduría, la Humildad, el Coraje, la Honestidad, el Respeto, el Amor y la Verdad se hermanen en nuestro propio corazón, sabremos orientar nuestra existencia hacia la luz.

Luego de presentarse en sus visiones, los Abuelos encomendaron al pequeño niño que enseñara la medicina de la Casa de Sudación a sus parientes. Las visiones que vienen del mundo espiritual son revelaciones que deben ser cumplidas sin dilaciones. Gracias a que el niño respetó su visión y cumplió de forma obediente con lo que le fue encomendado, esta medicina llegó a nosotros. Los conocimientos medicinales deben ser ofrecidos al pueblo; son dones del mundo espiritual para beneficiar a todas las personas humildes que sufren. Las personas demasiado orgullosas jamás acceden a los beneficios de la medicina, aun pasando a su costado. Las distintas formas y conocimientos de las medicinas ancestrales son siempre un regalo de aquellos antepasados que nos aman y quieren vernos felices, viviendo en salud y gozo. La medicina viene de una fuente superior que supera al ser humano; todo médico es solo un instrumento de Dios. El pequeño niño enseñó a decir gracias (Miigwetch en la lengua Ojibway) cada vez que salimos de la Casa de Sudación. Aprender a agradecer a Dios, y confiar en su guía y en sus enseñanzas, es el principio y el final de toda curación. Ni el mejor médico puede curar a quien rechaza la verdad y no acepta que el Espíritu de Dios entre en su corazón y renueva su existencia.

### ESCUCHANDO A LOS JÓVENES

En todo el mundo la Madre Naturaleza está bajo asedio a medida que crecen las poblaciones humanas y ganaderas -invadiendo zonas salvajes y destruyendo hábitats. Y además prosigue la caza y el tráfico ilegal de especies. Con nuestra continua quema de combustibles fósiles, el uso indiscriminado de productos químicos en la agricultura, la industria y los hogares, estamos contaminando el aire, la tierra y el agua. Y estamos sufriendo los efectos del cambio climático, que ya son dramáticos en muchos sitios.

Durante 26 años he estado trabajando con jóvenes de todo el mundo, ayudándoles a entender los problemas que enfrentamos, empoderándoles y escuchando sus voces. Nuestro programa educativo *Roots & Shoots (Raíces y Brotes)* está ahora en casi 100 países, con miembros de todas las edades. El mensaje más importante hoy es que cada uno de nosotros marca una diferencia cada día si actuamos pensando en las consecuencias de lo que hacemos, lo que comemos, lo que vestimos, lo que compramos... Podemos elegir qué tipo de diferencia queremos marcar. Y los jóvenes entienden esto. Saben que millones de pequeñas decisiones éticas en todo el mundo están marcando una diferencia. Ellos organizan campañas para salvar elefantes, rinocerontes, tigres y tiburones, recaudan fondos para ayudar a otras especies, ayudan a restaurar hábitats, realizan plantación de árboles, comparten sus conocimientos, se arremangan y se ponen a trabajar.

Por eso es tan importante que escuchemos sus voces. Ellos luchan para sanar las cicatrices que nosotros hemos infligido al planeta y tenemos que ayudarles. Los jóvenes son mi esperanza para el futuro de la vida salvaje, y en este día espero que muchos de vosotros os unáis a esta causa.

**Dra. Jane Goodall (DBE)**  
**Fundadora del Instituto Jane Goodall**  
**Mensajera de la Paz de la ONU**  
[www.janegoodall.es](http://www.janegoodall.es)

# Romper el hechizo

Kingsley L. Dennis

## Afrontar una realidad que nos distrae

Puede decirse que para mucha gente la vida moderna se ha convertido en una distracción desequilibrada; o más bien, que la realidad de nuestra vida diaria es un constante ‘distractor de atención’. No padecemos un déficit de atención sino una ‘sobrecarga de atención’. Con frecuencia esto origina un sinnúmero de ejemplos de atención errada. Muchos de nuestros eventos sociales, dispositivos, interacciones, etc, nos fuerzan a prestar atención a gratificaciones externas; a menudo en detrimento de nuestro estado interno. Muchos de nosotros vamos por la vida como autómatas, rozando apenas la epidermis del estado de vigilia. A menudo estamos fuera de sintonía con una realidad que pasa ante nuestras vidas; literalmente tenemos que sacudirnos el sueño de los ojos. Hay demasiada ‘información’ pero no suficiente sentido. Muchas culturas occidentales dan una gran importancia a la recolección de información como si fuesen ávidas criaturas. Incluso podemos ser gigantes intelectuales y al mismo tiempo, desde el punto de vista espiritual, niños. No obstante dentro de nosotros mismos poseemos los medios –en términos de capacidad y potencial– para desarrollar grandes energías de consciencia. Por tanto resulta importante el cómo afrontamos cada experiencia, eventualidad, situación y circunstancia. Creamos sentido no por lo que nos sucede, sino más bien por como respondemos a nuestras circunstancias.

Ser más consciente como persona requiere en primer lugar que nos escuchemos a nosotros mismos. Luego exige que tengamos mucho cuidado con el cómo escuchamos e interpretamos el mundo exterior. No se trata de una práctica que requiera de uno ser escuálido y ascético; ni tampoco místico o histérico. De hecho, más a menudo es humorística y sencilla: es más una ciencia que una superstición. Para muchas personas el vínculo entre los mundos externo e interno aún permanece turbio y borroso. La mayoría de las percepciones cotidianas y de los procesos de pensamiento se mantienen constreñidos por capas de condicionamiento social y funcionan en gran medida de forma mecánica. Empezar a entender cuánto ‘pensar erróneo’ perpetuamos respecto a todo lo que reclamamos como nuestro: pensamientos, puntos de vista, creencias, gustos, hábitos, ayuda.

En realidad la mayor parte de nuestro ‘bagaje’ se forma por imitación o a través de nuestros patrones culturales de condicionamiento. Un viejo proverbio dice ‘A quienes beben del vino añejo no les queda sitio para el nuevo\*’. Nuestro ‘vino añejo’ nos ha sido proporcionado por nuestro condicionamiento social; y aunque éste puede variar según las diferentes culturas, siempre cumple con algunos fundamentos esenciales básicos.

Con escasísimas excepciones, a todo el mundo se le educa dentro de unos parámetros culturales perfectamente definidos. Dichos parámetros dominantes intentan construir conjuntos aceptados de normas socio-culturales de pensamiento y conducta. Estas funcionan mediante mecanismos sociales tales como: fe/religión personal; ciencia;



**Romper el hechizo de nuestro condicionamiento social [...] exige unas reservas de concentración mental, emocional y energética que puedan reemplazar el antiguo condicionamiento de la persona por términos de referencia que sean más positivos y útiles.**



lenguaje y emociones; negación y duda; felicidad y miedo; seguridad y protección (identidad y pertenencia); estatus y materialismo. En definitiva, reforzamos las creencias con las que hemos crecido, aceptándolas y defendiéndolas como si fueran nuestras. Por supuesto, solo ‘creemos’ aquellas cosas que queremos, o que encajan dentro de nuestros paradigmas perceptivos. Y tratamos de respaldar la inversión que hemos hecho en ‘nuestras creencias’. Así que la gente busca y promueve aquellas actividades y experiencias que sirvan para reforzar y validar sus propias creencias. La gente rara vez busca experiencias que desafíen activamente sus percepciones y que, de ese modo, generen flexibilidad de pensamiento. ¿Cuántos conservadores radicales dedicarán su tiempo a leer el último boletín socialista? Y sin embargo la idea fija es enemiga del pensamiento libre. Nuestro consenso colectivo sobre la realidad es

un hechizo cautivador. Es una ilusión que al mismo tiempo fascina y embauca. Por tanto, para ‘despertar’ sus facultades de percepción y consciencia, las personas necesitan reconocer sus maneras de pensar y reaccionar, y haciéndolo desarrollar sus propias fortalezas internas. La persona promedio actúa demasiado a menudo de acuerdo a sus pensamientos y deseos sin responsabilizarse de ellos. Debemos pues asumir la responsabilidad de nuestra presencia en el mundo. Asumiendo la responsabilidad de esa manera hacemos que cada momento y cada encuentro sean nuestros. No asumiéndola dejamos que los eventos se alejen de nosotros, o que seamos incapaces de defendernos de su influencia perturbadora. Romper el hechizo de nuestro condicionamiento social de múltiples capas requiere dar vida a un sistema totalmente nuevo de percepción. Exige unas reservas de concentración mental, emocional y energética que puedan reemplazar el antiguo condicionamiento de la persona por términos de referencia que sean más positivos y útiles. Revitalizar esas capacidades energéticas y creativas quiere decir, por lo tanto, manejar nuestra propia energía.

## Manejar nuestra propia energía

La energía es un potencial de una cantidad de materia y debería ser considerada en términos de su valor cuantitativo. Mucha gente durante la mayor parte del tiempo gasta energía inútilmente en emociones, pensamientos y acciones innecesarias o desagradables. La energía se utiliza en expectativas, cambios de estado de ánimo, nerviosismo, irritabilidad, imaginaciones erróneas, pensamientos intenciones negativas; autocompasión, etc. Por ejemplo, los deseos y la atención extraviada son maneras primarias de perder esa energía cuantitativa. Los deseos caprichosos que nos llegan desde nuestro mundo social externo distraen y minan nuestras energías. Si, simplemente, pudiéramos establecer pequeños objetivos específicos en nuestra vida diaria, y alcanzarlos, eso generaría en nosotros una energía más permanente. A modo de ejercicio, intente empezar con pequeñas metas realizables antes de pasar a objetivos mayores. Permita que esas metas se establezcan no desde el deseo sino desde la necesidad. Saber lo que uno necesita es

una forma más elevada de pensar que ser influido por los deseos.

Una fórmula útil es la Retención de Energía, la Intención de la Energía mediante la cual almacenamos y retenemos tanta energía personal como sea posible, ayuda a fortalecer otras facultades. Esa energía personal puede ponerse entonces a disposición de metas y logros físicos mediante la atención enfocada. La falta de una meta consciente en la vida va de la mano con una energía interior desenfocada e indisciplinada. Un hecho básico de nuestras vidas es que regalamos nuestra energía con demasiada facilidad. Es por tanto necesario guardar, almacenar y manejar la propia energía personal: aunque solo sea por la razón primordial de que la persona necesita suficiente energía personal para su auto-evolución. La energía se pierde a menudo a través de un ejercicio físico/muscular innecesario; distracciones mentales desenfocadas; y nerviosismo emocional o estrés.

El panorama puede clarificarse si consideramos que una de las funciones del ser humano es ayudar al movimiento de energías. Los humanos son agentes de transmisión: para ellos mismos, para la gente que los rodea, y para su medio ambiente. Puede decirse que los humanos tanto individual como colectivamente funcionan como transductores de energías. El cuerpo humano es como una batería biológica – acumula, desarrolla, y distribuye energías. Como tal, es necesario que la persona esté en relación armónica con sus interacciones: con la gente, las situaciones, las emociones, y la postura física. Estos conceptos no son nuevos; de hecho forman parte de nuestro mundo cotidiano. La gente a menudo habla de sentir ‘malas vibraciones’ con otras personas o incluso al estar en un lugar. Cuando algo sencillamente no ‘se siente como correcto’ precisamos confiar en estos signos intuitivos. Encontrar y nutrir alineamientos correctos es responsabilidad nuestra. Por ejemplo, cuando en presencia de algunas personas podemos reconocer que siempre tenemos una sensación de descargarnos de energía. Es como si esas personas nos sorbieran la energía. En esas circunstancias podemos referirnos a esas personas como ‘vampiros psíquicos’. No porque sean necesariamente malos o peligrosos sino porque sus alineamientos de energía son de tal tipo que ‘atraen’ la energía que los rodea. Las razones para ello son varias, aunque el resultado es invariablemente el mismo. Si tu función no es ‘alimentarlos’, entonces vete – simplemente no te ocupes de su energía.

La calidad de las vibraciones/campos de energía de una persona está por tanto relacionada con su situación mental y emocional. Los estados mentales negativos se acompañarán de vibraciones discordantes. Algunas de esas vibraciones permanecerán dentro de la energía corporal de la persona, afectándola físicamente, mientras que el resto resonará en el ambiente exterior. Al igual que pasa con la vibración de los sonidos musicales, la vibración de una persona afectará a la gente que la rodea como una forma de ‘inducción’. En términos sencillos, cada cosa está en resonancia con cada otra. Cada pensamiento que tenemos, cada acto que realizamos, tiene sus resultados directos e indirectos a través de la resonancia y transferencia de energías. Una ley universal enseñada por todas las tradiciones perennes de sabiduría es que “Lo Igual atrae a lo Igual”. Una persona es responsable de atraer lo positivo de la misma manera que puede atraer lo negativo. Nuestro estado mental interno es por tanto una válvula para las energías y situaciones exteriores. Ser consciente de los pensamientos y estados mentales de uno mismo es primordial para un manejo disciplinado de la energía personal.

Si una influencia externa afecta su estado mental, como sucede al sentirse estresado o confuso, cree entonces un ‘stop’ mental. Evalúe la situación y reiniciela provocando y generando intención. Aplicar una intención mental deliberada a una situación o incluso a una persona es crear una fuerza energética que las estimula y protege. Igualmente, para modificar un estado mental desagradable cada uno de nosotros deberíamos buscar actividades que sintamos armónicas con nosotros mismos. Por ejemplo, cuando la mente esté confundida o frustrada, podemos escuchar alguna música relajante. O podemos ir a dar nuestro paseo preferido por el bosque o estar cerca de la Naturaleza. Embarcándonos en actividades que crean una resonancia favorable podemos aprender a revitalizar y conectar nuestras energías que se esfuman. Esta es una práctica necesaria cuando se trata del manejo de energías. Después de todo, si tuvieses un tarro con oro no irías por ahí tirando puñados de monedas de oro. ¿Por qué hacer lo mismo con nuestras cantidades individuales de energía personal? En este sentido necesitamos vigilar la manera de ejercer nuestra atención.

*\*En el original: ‘They that drink of the old wine have no place for the new’ (proverbio presumiblemente basado en una parábola evangélica; Lucas 5:39)*

## LA TAREA IMPOSTERGABLE

El Maestro dijo: Hay una cosa en este mundo que nunca debe ser olvidada. Si uno olvidara todo lo demás, pero no se olvidara de esta, no habría de qué preocuparse; en cambio, si uno recordara e hiciera todo sin olvidar nada excepto esta, entonces no habría hecho nada en absoluto.

Es igual que si un rey te hubiera enviado a un país a cumplir una determinada misión. Tú vas y realizas cientos de otras tareas; pero si no realizas aquella tarea específica que te encargó, es como si no hubieras hecho nada en absoluto. De un modo similar, el hombre ha venido a este mundo para realizar una tarea específica, y ese es su propósito; sino la realiza, no habrá hecho nada en absoluto.

FUENTE: RUMI - POETA Y MAESTRO SUFÍ.

# Kaametza y Narowé



*El primer hombre no fue hombre, fue mujer, me dice Don Javier enmarañándose en risadas hondas...*

Dios no había nacido todavía siquiera, la tierra toditita era ceniza y todo lo que ahora existe a su manera, según su condición, lo que podemos ver, lo que no vemos, todo era nada. Y la nada era también ceniza. Y la pomarrosa era ceniza, todavía no era pomarrosa. Entonces el tronco de la pomarrosa se abrió en dos como una flor y de su adentro salió el primer viviente verdadero: un animal que no tenía plumas, ni escamas, ni recuerdos. Y el primer shirimpiäre, el primer jefe brujo, que ya vivía en esa época, aunque todavía carecía de cuerpo, disuelto en el aire, él se sorprendió mucho y se dijo: no es pájaro, no es pez, no es animal-animal, no sé lo que será, pero sin duda se trata de la mejor obra de Pachakamáite. El primer shirimpiäre, entonces, se quedó largo rato pensando y al fin sentenció: tiene que ser humano, y decidió llamar Kaametza a ese animal. Kaametza, que en idioma campa significa "la muy hermosa". Así fue que comenzamos, con una hembra.

Ni bien brotó de la pomarrosa, ella empezó a buscar. Buscaba, y no sabía qué. Así estuvo Kaametza años de años caminando, buscando, cuando una tarde, ante un arroyo que también era de ceniza, fue a mirarse, o a beber, o a lavarse. Se agachó hasta las aguas quietas del río que pasaba entre sus orillas y de lo alto del bosque surgió una pantera de espanto, un otorongo negro, bramando. No había palabras en su mente, pero gracias a ese conocer desconocido que hasta hoy poseemos, Kaametza comprendió lo que debía y eludió al otorongo. Y el otorongo volvió a saltar sobre ella, con las uñas afuera, preparadas como astillas de piedra calcinada. Y Kaametza volvió a esquivarlo. Una y otra vez el otorongo quiso atraparla. Y Kaametza descubrió dentro de sí un temor gigante, comprendió lo cerquita de la muerte. Y sin pensarlo ni proponerse nada, arrancó un hueso de su cuerpo, y no le salió sangre, no le quedó señal alguna en la piel, ninguna herida abierta. Y empuñando su hueso, así, como puñal recién afilado, le sajó la garganta al otorongo. Kaametza cayó de rodillas, agradeciendo se postró en la arena de ceniza y contempló el cuchillo que la había salvado, con las manos lo levantó, le dio las gracias con su aliento, con el cariño de su boca, jadeando, y el hueso se encendió, tembló como aquellos relámpagos que no suenan, y ella lo soltó como si le chamuscara las manos, y el hueso se puso a dar vueltas rehuyéndose y creciendo, ocupando una forma que ya estaba en el aire, que lo esperaba desde siempre como un destino, y que fue pareciéndose más y más a Kaametza... Así fue que apareció el varón, así aparecimos... Y el primer shirimpiäre se alegró mucho y decidió que el hombre viva y para que pudiese seguir existiendo le puso nombre, ¡Narowé! lo llamó.

Narowé vio a Kaametza, la pudo distinguir bien claro, nítida, y ahí nomás se levantó hacia ella y ella lo recibió sabiéndolo todo. Sobre la sangre del otorongo negro, revolcándose en un mismo vértigo despacioso, conocieron el amor. Sobre esa sangre todavía caliente, ahí fue que se amaron. Descubrieron sus cuerpos y el fuego y la tristeza de los cuerpos, y el vacío, y el silencio, y la idea de lo inevitable, de la muerte que habita en todo lo que vive, todo lo descubrieron. Kaametza y Narowé llegaron juntos, juntos al placer. Y cuando gozaron, exactamente en el instante en que ambos gozaron, ahí fue que en el mundo se inventó la luz...

*-Del primer goce del primer amor nació la luz, sobre toda la tierra se hizo la luz -me dice Don Javier.*

**FUENTE: CÉSAR CALVO, POETA Y ESCRITOR - "LAS TRES MITADES DE INO MOXO" (FRAGMENTO).**