

el ojo interior

SEMILLAS PARA LA **CONSCIENCIA** CIUDADANA



Vivir sin miedo

Distribución Gratuita



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**

contacto@elojinterior.org

☎ 9980 786 20

COLABORADORES - 30^{ma} Edición - Junio 2018

Alonso del Río

Dirige, en Cusco, el centro de sanación y enseñanza del Camino Sagrado Americano Ayahuasca Ayllu. Junto con su compañera Waltraut Stolben conducen una escuela intercultural que da educación gratuita a más de 80 niños en la región de Cusco.

www.ayahuasca-ayllu.com

Pedro Favaron

Poeta y fundador de la clínica de medicina tradicional Nishi Nete en la comunidad nativa de Santa Clara de Yarinacocha, del pueblo shipibo-konibo.

📌 Nishi Nete Medicina Tradicional

Pedro Diez Canseco

Comunicador social, lector y articulista melómano.

pedro10canseco@yahoo.com

Mihir Hardikar - Portada: The Multiply Diary

Prestigioso fotógrafo hindú, nacido en Bombay.

www.mihirhardikar.com

Lucía Quispe - Diseño Poetas en la arena

Artista gráfica e ilustradora de Ica.

khespy@gmail.com

David Novoa

Poeta por naturaleza.

mochezoo@hotmail.com

Tiraje 10 000 ejemplares

Amar la libertad

El único modo de liberarnos del miedo y ser realmente felices consiste en reconocerlo y ver profundamente en su fuente. Dejemos de querer escapar del miedo, permitamos que aflore en nuestra consciencia y mirémosle directa y fijamente a los ojos.

Si no estamos completamente presentes, no estamos en realidad vivos. En tal caso, no estamos aquí, ni para nuestros seres queridos ni para nosotros. ¿Y dónde estamos cuando no estamos aquí? Estamos huyendo y siempre huyendo... aun en medio del sueño. Huimos porque tratamos de escapar de nuestro miedo.

Es posible vivir en el presente completamente libres del miedo. Cuando no hay miedo, podemos percibir con más claridad la conexión que nos une a los demás. Cuando no hay miedo, queda más espacio para la comprensión y la compasión. Cuando no hay miedo, somos realmente libres.

THICH NHAT HANH



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

Alonso del Río

Cómo la mente se vuelve del color de la vida

*Mira la luz de las estrellas
y conocerás tu interior.
Conoce tu interior
y verás la luz de las estrellas.*

Vivimos realmente una época sin precedentes y este tiempo nuevo exige una nueva ciencia y una nueva religión que dejen de estar al servicio de confusos intereses para empezar a trabajar por el bienestar y la evolución de la especie.

Cuando pude colocar la última pieza del rompecabezas exclamé maravillado en mi interior: "¡Qué simple!, ¿cómo no me di cuenta antes?"

Sí, es muy simple, la verdad no solo está ahí, delante de nuestros ojos sino que la llevamos dentro y a donde vayamos.

En un acto casi desesperado de temeridad me atrevo a intentar poner en palabras una interpretación del juego divino.

La consciencia universal (unidad) se precipita en el abismo subdividiéndose infinitamente, creando la materia y depositando en el fondo trillones de semillas de consciencia. Estas deberán ir creciendo hasta volver a su estado de expansión y unidad. Estas semillas representan la energía primordial de la Madre que trata de ascender para unirse con la del Padre atravesando nuestro cuerpo-mente-universo.

¿Quién soy yo? Yo al igual que tú, somos las semillas de ese árbol que representa la consciencia pero en un distinto y hermoso momento de su evolución.

Al comienzo no tenemos ni consciencia de nuestra mente, es más creemos que solo somos nuestra mente y nos sentimos contentos cada vez que la mente dice "YO".

Todavía no entendemos que esa mente es como un carbón que luego de estar sometida a condiciones muy específicas de tiempo y espacio (calor y presión), se transformará en un diamante en bruto y luego de cortarlo y pulirlo recién manifestará toda su belleza, su naturaleza cristalina, su luz. Sería ridículo que el carbón salga a la calle a gritar: "Mírenme, mírenme, soy un diamante, soy un iluminado, miren mi luz".

Hay que cumplir el proceso y entonces recién podremos ver la verdad sin filtros ni distorsiones y la luz entrará y saldrá de tu interior sin ninguna alteración.

En su etapa inicial el carbón (nuestra mente) -que es la más pura expresión de la diversidad- actúa por defecto como un filtro. Insisto, por defecto, y según el color del filtro que maneja cada persona, distorsiona toda la información que le llega -en base a sus propios patrones- manipulándola e impidiendo ver la pura realidad.

Poco a poco la consciencia va desactivando patrones y corrigiendo su distorsión. Después de mucho limpiar el cristal (la mente) deja pasar la luz y la información sin alterarla.

La mente concreta tiene su propio proceso de evolución y tiene la misión de proteger y ser algo así como el nutriente de esa valiosa semilla que es la consciencia (que es lo que en verdad somos). Mientras la semilla crece la mente asume la sagrada

misión de protegerla y criarla hasta que la consciencia puede hacerse cargo de sí misma. Cuando la consciencia logra la mayoría de edad, le agradece y venera como a su amada nodriza. La mente lleva codificada una información precisa, un mandato. En su máxima profundidad está oculta una orden superior que es nutrir y hacer crecer la consciencia.

Pero al igual que cuando encargamos algo a una persona no muy despierta, a pesar de darle las indicaciones precisas, esta termina ejecutando el trabajo de cualquier manera o hasta en forma contraria.

Esta orden sagrada tiene como única misión la evolución del Ser y para ello debe garantizar tres cosas: primero la supervivencia, segundo la reproducción y tercero la capacidad de expresión, la comunicación.

La luz no solo viene de afuera, del cielo, de las estrellas sino que también viene de adentro, de nosotros, de la "Tierra", del microcosmos, de nuestra gran oscuridad.

Ambas luces -la de afuera y la de adentro- no son sino una sola que anhela reencontrarse, como la gota y el océano, y nosotros seremos simplemente la causa o el obstáculo para esta unión.

La semilla de la Luz depositada en el interior de nuestra "Tierra" quiere crecer y llegar a ser grande y depende de cada pequeña decisión que tomamos en nuestra vida para que esta crezca o disminuya.


Banksy Television Heads Dance

"Tampoco puede asombrarnos el hecho de que, a pesar de que muchos saben lo dañino que es, los padres entreguen una buena porción del cuidado de los niños a la televisión. Ciertamente es que los niños participan cada vez menos en los quehaceres de la casa, que cada vez con mayor frecuencia discuten sobre qué programa elegir y que las oportunidades para conversar en familia se reducen cada vez más. Los niños van volviéndose más nerviosos y pierden la capacidad de concentrarse. A pesar de ello, se encuentran también buenos argumentos para defender la televisión: "La televisión hace que los niños sean cada vez más inteligentes". "Aprenden a hablar más rápido". "Es que les gusta tanto". "Sin la televisión no sabríamos qué pasa en el mundo".

"Además hay muy buenos programas culturales". "Si no tuviésemos la televisión en casa, los niños pasarían todo el tiempo en la casa de los vecinos...". No obstante, los argumentos que últimamente se han publicado contra la televisión son tan graves que solo podríamos tener dos razones para no eliminarla de nuestra casa: O a nosotros mismos nos es imposible vivir sin ella, o este aparato se ha convertido en una forma cómoda de cuidar a los niños.

Pero solo lograremos explicarnos por qué los niños adoran ver televisión -a pesar de que destruye su salud física y psíquica, y a pesar de que reemplaza su interacción con el mundo por una vida ficticia-

si comprendemos que esta tecnología tiene el efecto de una droga. Frente al televisor los niños no sienten el dolor interno que se ha acumulado en el transcurso de su vida. Por el contrario, les ofrece la ilusión de que están en concordancia con un mundo que en realidad no los acepta con sus necesidades auténticas. De este modo, aquellos padres que deciden librarse de la televisión deberían estar preparados para tener que bregar con síntomas desagradables, parecidos a los que se observan en las personas que dejan de consumir drogas".

REBECA WILD – PEDAGOGA ALEMANA



La importancia de ser siempre optimista: El poder de los ojos

La gente suele preguntarnos cómo conseguimos mantener una actitud positiva a pesar de los terribles acontecimientos que están ocurriendo en el mundo. Siempre les decimos que nuestra fuente de inspiración y ánimo reside en los encuentros con los grupos *Roots and Shoots* quienes, llenos de orgullo por sus logros, con sus ojos brillantes, son conscientes que han hecho algo para cambiar las cosas en su comunidad. Además, saben que forman parte de una familia mundial de gente joven preocupada, compasiva y dedicada a la misma causa. Son los ciudadanos del mañana, listos para trabajar duro y conservar lo que queda, restaurar lo que puedan y vivir en armonía con la naturaleza estén donde estén.

Hay una historia que he contado muchas veces, pero que debo contar de nuevo porque simboliza todo aquello que Marc y yo intentamos decir cuando hablamos sobre las relaciones entre los seres humanos y los animales. Es sobre un chimpancé llamado Jojo, que nació en África. Cuando tenía solo dos años, mataron a su madre de un disparo y lo separaron a la fuerza de su cuerpo sanguinolento para llevarlo en barco a Norteamérica. Durante muchos años vivió solo en una pequeña jaula desprovista de todo. Con el tiempo se consiguió recaudar dinero para construir una gran instalación, rodeada de un foso con agua (porque los chimpancés no saben nadar). Se compraron otros diecinueve chimpancés, se juntaron para que se conocieran y los soltaron a todos en la instalación.

Un día uno de los otros machos se enfrentó a Jojo y este saltó al agua huyendo. Consiguió gatear hasta la valla destinada a evitar que los chimpancés se ahoguen en las aguas profundas al otro lado. Jojo salió a la superficie tres veces, respirando con dificultad, y después desapareció. En el otro

lado del foso se encontraba un pequeño grupo de gente. Un cuidador salió corriendo a buscar una pértiga larga. Por suerte para Jojo, un visitante llamado Rick Swope estaba allí con su familia. Rick no dudó en saltar al foso y nadó hasta donde se había hundido Jojo, palpó con el brazo bajo el agua hasta que tocó su cuerpo inerte, levantó el peso muerto y se lo puso sobre el hombro. Salió arrastrándose hasta la valla y empujó a Jojo a la orilla de la instalación para después volver a donde le esperaba su familia.

De repente, los espectadores humanos comenzaron a gritar a Rick, diciéndoles que se diera prisa. Desde donde se encontraban podían ver a tres de los machos más grandes moviéndose hacia él, con el pelo erizado. Al mismo tiempo, el cuerpo de Jojo se estaba volviendo a escurrir hacia el agua porque la orilla estaba demasiado empinada. Una mujer que estaba allí grabó todo con su cámara de video. En él se ve a Rick de pie junto a la valla, mirando hacia donde está su familia, luego hacia los tres machos que se acercan y, por último, hacia Jojo que vuelve a desaparecer en el agua. Durante unos segundos Rick no se mueve, pero después vuelve sobre sus pasos, arrastra de nuevo a Jojo a tierra firme y espera, sin hacer caso de los frenéticos gritos de sus familiares, hasta que Jojo consigue agarrarse a un montón de ramas e izarse hasta un lugar donde el suelo está plano. Rick consigue saltar al otro lado de la valla justo a tiempo.

Esa misma noche el video fue emitido por todos los canales televisivos de Norteamérica. El director del Instituto Jane Goodall lo vio y llamó a Rick.

“Fue un comportamiento realmente valiente el suyo. ¿Qué le llevó a hacerlo?”

“Verá -le respondió Rick-, le miré a los ojos y era como si mirara a los ojos de un hombre; el mensaje que me comunicó fue: ¿no hay nadie que vaya a

ayudarme?”

He visto esa misma petición de ayuda en los ojos de tantas criaturas que sufrían: Una cría de chimpancé huérfana que estaba en venta en un mercado africano; un chimpancé adulto mirándome desde su jaula esterilizada de 1,50x1,50 en un laboratorio de investigaciones médicas; una perra demacrada y muerta de hambre, abandonada por su dueño en una playa de Dar es Salaam; un elefante encadenado al suelo de cemento por una pata delantera y otra trasera. También he visto esta mirada en los ojos de los niños de la calle que han presenciado cómo mataban a sus familias en la “limpieza étnica” de Burundi. En todas partes y por todo el mundo existen individuos que sufren y nos miran con ojos suplicantes, pidiéndonos ayuda.

Si nos atrevemos a mirar esos ojos, sentiremos su sufrimiento en nuestros corazones. Cada vez más gente ha visto esa súplica y la ha sentido en su corazón. Existe en todo el mundo un despertar de la comprensión y la compasión, una comprensión que nos hace querer ayudar a los animales que sufren en sus territorios cada vez más escasos. Esto abarca también a los seres humanos hambrientos, enfermos y desesperados, personas muriéndose de hambre mientras algunos afortunados como nosotros tienen mucho más de lo que necesitan. Si les ayudamos uno a uno, a los animales, a los humanos que sufren, juntos podemos aliviar gran parte del hambre, miedo y dolor que existen en el mundo. Juntos podemos cambiarlo, reemplazando gradualmente al miedo y al odio por la compasión y el cariño para todos los seres vivientes.

**JANE GOODALL,
PRIMATÓLOGA Y ACTIVISTA AMBIENTAL**

La felicidad de los humildes

El orgullo, exacerbación del yo, consiste en presumir de las cualidades que uno posee y atribuirse aquellas de las que carece. Cierra la puerta a todo progreso personal, pues para aprender primero hay que pensar que uno no sabe. Como dice un adagio tibetano: “El agua de las cualidades no permanece en la roca del orgullo”. Y a la inversa: “La humildad es como la copa que descansa en el suelo, dispuesta a recibir la lluvia de las cualidades”.

La humildad es un valor que el mundo contemporáneo, teatro de las apariencias, ha olvidado. Las revistas no paran de dar consejos para “afirmarse”, para “parecer un luchador”, suponiendo que uno no lo sea. Esta obsesión por la imagen que debemos dar de nosotros mismos es tal que ni siquiera nos preguntamos ya si aparentar es legítimo, sino solo cómo hacerlo bien.

¿Qué imagen dar de uno mismo? Sabemos que los políticos y las estrellas del espectáculo tienen “asesores de comunicación” cuyo objetivo es crearles una imagen favorable ante el gran público, a veces incluso hasta enseñarles a sonreír. Da igual que esa imagen esté en las antípodas de lo que son de verdad, con tal de que permita que los elijan, los reconozcan, los admiren, los adulen. Los periódicos dedican cada vez más espacio a las páginas de “gente”, con secciones llamativas sobre la “gente de la que se habla”, su “cotización”, los que están in y los que están out. Ante tal derroche de egos mundanos, ¿qué lugar queda para la humildad, valor tan raro que casi podríamos relegarlo al museo de las virtudes caídas en desuso?

La noción de humildad está demasiado asociada al menosprecio de uno mismo, a una falta de confianza en nuestras capacidades, a la depresión ante nuestra impotencia, incluso a un complejo de inferioridad o un sentimiento de indignidad. Ello supone subestimar considerablemente los beneficios de la humildad, pues, si la suficiencia es patrimonio del necio, la humildad es la virtud fecunda de quien calibra todo lo que falta por aprender y la extensión del camino que todavía debe recorrer. Según S.K. Singh: “La verdadera humildad consiste en estar libre de toda consciencia de uno mismo, lo que implica estar libre de la consciencia de humildad. El que es totalmente humilde desconoce su humildad”.



Dilgo Khyentsé Rimpoché y el Dalai Lama

Los humildes no son personas bellas e inteligentes que se afanan en convencerse de que son feas y tontas, sino seres que hacen poco caso de su ego. Puesto que no son el ombligo del mundo, se abren a los demás y se sitúan en la correcta perspectiva de la interdependencia.

En un plano colectivo, el orgullo se expresa mediante la convicción de ser superior al otro como pueblo o raza, de estar en posesión de los verdaderos valores de la civilización y de tener el deber de imponer, de buen grado o por la fuerza, ese “modelo” dominante a los pueblos “ignorantes”. Semejante actitud a menudo sirve de pretexto para “hacer fructificar” los recursos de esos países subdesarrollados, es decir, para esquilmarlos. Los conquistadores y sus obispos incendiaron sin vacilar las inmensas bibliotecas mayas y aztecas de México, de las que solo se salvaron doce volúmenes. Los manuales escolares y los medios de comunicación chinos continúan complaciéndose en describir a los tibetanos como bárbaros atrasados y al Dalai Lama como un

monstruo que, cuando todavía estaba en el Tíbet, se alimentaba de cerebros de recién nacidos y tapizaba su habitación con sus pieles. ¿No es orgullo fingir que no existieron los cientos de miles de volúmenes de filosofía que albergaban los monasterios tibetanos, antes de que seis mil de ellos fueran arrasados?

¿En qué medida es la humildad un componente de la felicidad? El arrogante y el narcisista se alimentan de fantasmas y se estrellan sin cesar contra la realidad. Las desilusiones inevitables que se derivan de ello pueden engendrar el odio hacia uno mismo (cuando nos damos cuenta de que no estamos a la altura de nuestras expectativas) y una sensación de vacío interior. Valiéndose de una sabiduría en la que las fanfarronadas del yo no tienen cabida, la humildad evita esos tormentos inútiles. A diferencia de la afectación, que necesita ser reconocida para sobrevivir, la humildad lleva aparejada una gran libertad interior.

El humilde no tiene nada que perder ni nada que ganar. Si lo alaban, considera que es una alabanza como tal, no hacya él. Si lo critican, considera que exponer sus defectos a la luz del día es el mejor favor que se le puede hacer. “Pocas personas son lo bastante sabias para preferir la censura que les es útil a la alabanza que las traiciona”, escribe La Rochefoucauld, recogiendo la idea de los sabios tibetanos cuando dicen: “La mejor instrucción es la que desenmascara nuestros defectos ocultos”. De este modo, libre de esperanza y de temor, el humilde conserva una naturaleza despreocupada.

La humildad es también una actitud esencialmente dirigida hacia los demás y su bienestar. Estudios de psicología social han demostrado que las personas que se sobreestiman presentan una tendencia a la agresividad superior a la media. Asimismo, se ha observado una relación entre la humildad y la capacidad de perdonar. Las personas que se consideran superiores juzgan con más dureza las faltas de los demás y las consideran menos perdonables.

Paradójicamente, la humildad favorece la fortaleza de carácter; el humilde toma decisiones de acuerdo con lo que considera justo y las mantiene, sin preocuparse ni de su imagen ni de la opinión de los demás. Como dice un adagio tibetano: “Exteriormente es tan suave como un gato al que acariciamos; interiormente, tan difícil de retorcer como el cuello de un yak”. Esta determinación no tiene nada que ver con la obstinación y la tozudez. Es fruto de una percepción lúcida del objetivo marcado. Es inútil intentar convencer al leñador que conoce perfectamente el bosque de que tome un camino que conduce a un precipicio.

La humildad es una cualidad que encontramos invariablemente en el sabio, al que se le compara con un árbol cargado de frutos, cuyas ramas se inclinan hacia el suelo. El fatuo se asemeja más al árbol pelado cuyas ramas se alzan orgullosamente. La humildad se traduce también en un lenguaje corporal desprovisto de altivez y de ostentación. El humilde no mira nunca por encima del hombro. Viajando con Su Santidad el Dalai Lama, he podido constatar la humildad impregnada de amabilidad de ese hombre venerado. Siempre está pendiente de los humildes y nunca se las da de persona insigne. Un día, después de haberse despedido de Françoise Mitterrand, que acababa de bajar con él la escalinata del Elíseo, el Dalai Lama se acercó, antes de montar en el coche y ante la mirada atónita del presidente, a un guardia de la República que permanecía algo apartado, para estrecharle la mano.

En otra ocasión, al entrar en una sala del Parlamento Europeo donde se ofrecía un banquete en su honor, vio a los cocineros observándolo por una puerta

entreabierta. Se fue directo a las cocinas a visitarlos y cuando salió, al cabo de un momento, les dijo a la presidenta y los quince vicepresidentes del Parlamento:

“¡Huele muy bien!” Una excelente forma de romper el hielo en aquella solemne comida.

Ser testigo del encuentro de dos maestros espirituales es asimismo una fuente inagotable de inspiración. Actuando de forma totalmente contraria a dos personalidades enamoradas de sí mismas, que no pararían de empujarse para ocupar el lugar de honor, ellos “rivalizan” en humildad. Las reuniones del Dalai Lama y Dilgo Khyentsé Rimpoché eran conmovedoras; los dos se prosternaban al mismo tiempo ante el otro, y sus cabezas se tocaban mientras estaban en el suelo. Dilgo Khyentsé Rimpoché era muy mayor y Su Santidad, que estaba muy ágil, se prosternaba tres veces antes de que él hubiera tenido tiempo de incorporarse de la primera prosternación. Entonces el Dalai Lama se echaba a reír alegremente.

A los occidentales también les sorprende oír decir a los grandes eruditos o contemplativos: “Yo no soy nada, no sé nada”. Creen que se trata de falsa modestia o de una costumbre cultural, cuando en realidad esos sabios simplemente no piensan: “Soy un sabio” o “soy un gran meditador”. El desinterés natural que sienten por su persona no les impide, cuando se les hace una pregunta específica sobre una cuestión filosófica ardua, dar encantados y sin afectación, respuestas que delatan sus conocimientos o su sabiduría. Es una actitud espontánea que, bien entendida, es conmovedora y en ocasiones divertida, como demuestra esta anécdota de la que fui testigo: Un día, dos grandes eruditos del Tíbet vinieron a visitar a Dilgo Khyentsé Rimpoché a Nepal. El encuentro entre aquellos seres extraordinarios estaba impregnado de encanto, de sencillez alegre y de vivacidad. Durante la conversación, Khyentsé Rimpoché les pidió que impartieran unas enseñanzas a los monjes de nuestro monasterio. Uno de los eruditos contestó cándidamente: “¡Pero si yo no sé nada!” Y acto seguido añadió, señalando a su compañero: “¡Y él tampoco sabe nada!”. Daba por supuesto que el otro erudito habría dicho lo mismo. Y, efectivamente, este último se apresuró a asentir con la cabeza.

**MATTHIEU RICARD, BIÓLOGO MOLECULAR
Y MONJE BUDISTA**



Divina es la tierra, el sol y la luna.

Divina es la luz que calienta

y hace germinar y florecer.

Divino es el mar, la Mamacocha, pecera de Dios.

Divina es la tierra, la Pachamama,

la siempre floreciente.

Divino el árbol y su sombra.

Divina el agua que corre fecundando la tierra.

Divinos el hombre y la mujer, por su libertad.

Divina la palabra, semilla de creación.

Así habló Pachacamán.

MACEDONIO HUAMANÍ





Sello editorial Biblioteca Abraham Valdelomar

Hay actividades que se hacen por negocio y hay las que se hacen por amor. Estas últimas están colmadas del agradable disfrute del simplemente realizarlas bien y para el bien, y confiando que, finalmente, es con mayor bien que han de retribuirnos. Estos atributos -damos constancia- los cumple cabalmente el sello editorial de la *Biblioteca Abraham Valdelomar* de Huacachina en Ica.

Aunque sus gestores ostentaban ya un largo prontuario en la lucha contra la desidia cultural, la punta de lanza de su obra han sido las decenas de títulos que esta casa editora ha venido promoviendo desde provincia. Ha lanzado al ruedo a autores y temas -que a pesar de su importancia han sido olvidados o simplemente no se habían publicado-, confiando en el despliegue de energía fina de su equipo, en su instinto y en la calidad de la manufactura de los tomos, en algunas colecciones -como *Clásicos de la Provincia*- bellos y originales, y en conjunto siempre sobre el promedio nacional.

Hace años le oí decir a mi amigo, el poeta Luis Eduardo García: “No serías el mismo sin los libros

que has leído”. Asentí casi sin pensarlo y preso de un incontenible estallido retrospectivo, quedé convencido de que en realidad es así, que leer sí transforma a las personas: de no haber leído desde la niñez -comprendí- todo lo que he hablado, pensado y actuado hasta la actualidad habría sido distinto. La información inédita que aportan los libros y los deleites provenientes de la comprensión de ideas y figuras expresadas en la escritura -y que solo los experimentan quienes leen- nos otorgan una visión más rica y profunda de la vida; por lo menos más que la de aquellos que la perciben con los primordiales cinco sentidos. Estoy convencido que el consejo editorial de la *Biblioteca Abraham Valdelomar* es consciente de las repercusiones de un emprendimiento de esta naturaleza, y de las posibilidades transformadoras -individuales y sociales- que significa publicar y distribuir en el caldo de cultivo del Perú. Esto significa sembrar la costumbre de la lectura en ojos vírgenes, ampliar la visión de los lectores con temas inéditos de nuestra historia y cultura, a la vez que cautivar nuevas

generaciones de mentes ávidas de textos alternativos con contenidos universales y misceláneos. Un mar de posibilidades se abre en las páginas editadas por el sello de la Biblioteca, el que no solo se apoya en las ediciones de títulos individuales y sus colecciones temáticas -*Clásicos de la provincia*, *La Fuente Escondida*, *Antologías* y *Ex Libris*-, sino en los eventos que han venido realizando sostenidamente como el recordado Festival de Poesía *El Patio Azul*, en Cajamarca (que producían con una antigua denominación), y el actual Festival de Poesía *Poetas en la Arena*, en Ica. Además de las presentaciones de los tomos publicados, conferencias, simposios y talleres.

“Creemos en una generación de lectores, de gentes bien informadas, sin supersticiones, y con el corazón modelado por los ejemplos que nos trae la gran literatura”, nos dice su director, el poeta Alberto Benavides Ganoza. “Lo que buscamos es estimular a gente dialogante que sepa vencer prejuicios sociales y raciales para construir una patria justa”, concluye. Hay, entre sus publicaciones, títulos de autores

nacionales cuyas voces merecen mayor trascendencia como la de Pedro Favaron –*Puka Allpa* y su periplo selvático con maestros y plantas enteógenas de la Amazonía–, José Carlos Orrillo y *Guardianes* –obra poética mística fotográfica donde el autor capta la latente vida pétrea de los Apus–, Martín Horta – descubridor poético de los misterios de la naturaleza: *Camino hacia el mar* y *Arqueología del alma*–, autor además de la más ambiciosa selección de poesía hecha en el Perú –*Poesía Peruana, Antología 1554-2014- tomos I y II*–. Otra autora entrañable, aunque ya no presente en esta dimensión física, es Claudia Luthi y su reconfortante *Saca la Lengua* donde testimonió con humor y sabiduría sus aleccionadoras vivencias como paciente de cáncer. César Panduro y Víctor Salazar Yerén son otros autores publicados, cuyas voces han empezado a desplegarse en el entorno cultural nacional gracias a la valoración del sello.

Los dos compendios anuales de El Ojo Interior fueron editados, también, en hermosos tomos de gran formato por la Biblioteca.

Ya son más de cien títulos aparecidos entre ediciones y coediciones. Entre ellos, además de los mencionados, destacan *5 metros de poemas* de Carlos Oquendo de Amat, *Anécdotas o poemas Igitur* de Stéphane Mallarmé, *Anacreónticas* de Abraham Valdelomar, *El Yelmo Verde y otros poemas* de William Butler Yeats, *Katatay* de José María Arguedas, *Lambayeque* de Hans Heinrich Brüning, *Los Cronistas del Perú* de Raúl Porras Barrenechea, y *La Ruta Natural* de Alberto Benavides, etc. Un caleidoscopio de visiones, registros y autores tan disímiles como complementarios.

No existe en nuestro país otro proyecto editorial de esta magnitud y a la vez de una naturaleza tan generosa e inspiradora. Sin enrevesamientos burocráticos, la Biblioteca ha donado una importante cantidad de su producción a otras bibliotecas populares o recientemente formadas.

“No solo de pan vive el hombre”, dijo el joven maestro hebreo hace más de dos mil años. Y aunque hay, en nuestro entorno, muchos emprendimientos interesados en procurar comida para los necesitados, son pocos, demasiado pocos, quienes se ocupan de preparar y distribuir alimento para el alma como hace el sello editorial de la *Biblioteca Abraham Valdelomar* de Ica.

POETAS EN LA ARENA

08 JUNIO 18
PURUMPA

09 JUNIO 18
DANIEL F

LUGAR
BIBLIOTECA
ABRAHAM VALDELOMAR
HUACACHINA. ICA

Lucía Quispe

PEDIDOS

☎ (01) 3406361 / pedidos@samacaorganico.pe

Av. Tejada 510 – Barranco – Lima

f Samaca Orgánico

HORA: 6:00 PM

PRESENTACIÓN DE LIBROS • TALLERES • RECITALES • CONCIERTOS




 Pedro Favaron

Manantial transparente

¿Me preguntas, querido amigo, sobre la ciencia verdadera? En vano has de buscar la alquimia perfecta en el laboratorio de los sabios y en los objetos de falsa brillantez. Pues se halla, desde siempre, alejada de los banquetes y las riquezas aparentes y reside en la simpleza y la raíz...

Observa al campesino hundiendo el arado. Así vincula su pálpito con el magnetismo de la tierra. Sus pies descalzos respiran los átomos del suelo, alimentándose de los restos vegetales y del viejo mineral; ese influjo asciende hasta su corazón y desde su corazón alcanza su entendimiento. Y lo renueva. Se trata de una cópula invisible, sublime y perfecta.

Cuando el campesino se aúna al aliento de la tierra, lo hace también a las frecuencias musicales del sol, de la luna y de todos los planetas; y así se entrelaza con el verso múltiple y sonoro de las

galaxias que cantan a Quien todo supera. Y nada lo separa de Dios.

Al contemplar con claridad y sin mácula se comprende: el Amado vive en la hondura de cada existencia. Es aliento que anima toda vida.

Fuente que mana desde un espacio más allá del tiempo, desde un tiempo vacío de espacio.

Cuando las distancias se disuelven se recuerda la Unidad que nos contiene.

¿Todo esto te desconcierta y te parece oscuro? Sería muy evidente si abandonarás las resistencias de tu mente y escucharas con un órgano honesto, vacío de opiniones y erradas doctrinas. Entonces te asombrarías de cuán simple resulta inspirar la luz que dio origen a la creación.

Y sabrías que el campesino, en su sencilla labranza, renueva el viejo pacto con las fuerzas invisibles que nutren su cosecha y avivan el fuego, engordan su ganado, desploman la lluvia y hacen soplar el viento.

El corazón agrario habita en la verdad.

La ley de la tierra es lo ilimitado del cielo.

¿A qué se acopla lo ilimitado del cielo?

El cielo solo responde a Quien no alcanza a ser visto. “¿Cómo puedes entonces saber que existe?”

Ese invisible influjo vigoriza el pecho, la ternura agreste de la piedra y la savia de los árboles es el vientre de todo día y en toda vida es presencia y esperanza.

¡Cuán evidente me resulta ver a Dios en la clorofila de las plantas y en las aves fugaces!

No hay ser en el que no resida su potencia. Pero nada puede abarcarlo, ni contenerlo. Tendrías entonces que descalzarte y dejar el ajetreo,

recuperar el aliento y tener simples y buenos pensamientos. Entonces sentirás la vida de ese manantial aéreo expandiéndose en cada una de tus células.

La libertad de las semillas

La semilla es el primer eslabón de la cadena de alimentos y el repositorio de la futura evolución de la vida: es el fundamento vivo de nuestro ser. Las semillas han evolucionado libremente a lo largo de los milenios, y nos han dado diversidad y riqueza de vida en el planeta. Durante miles de años los agricultores, especialmente las mujeres, han cuidado de la evolución de las semillas -y las han sembrado libremente- en una relación de asociación mutua y de cada una de ellas con la naturaleza. Las semillas de los agricultores llevan en su interior el conocimiento de una red de agroecológica de alimento y de vida.

Hoy, las semillas se han convertido en el arma definitiva en una guerra contra la Tierra y sus pobladores. Si las corporaciones ganan esta guerra todos perderemos nuestros alimentos y nuestro futuro.

La libertad de las semillas se ha convertido en un imperativo ecológico, político, económico y cultural. Si no reaccionamos, o si ofrecemos una respuesta fragmentada y débil, muchas especies desaparecerán de forma irreversible. La agricultura, incluido el espectro alimenticio y cultural que depende de la biodiversidad, desaparecerá. Los pequeños agricultores desaparecerán, la comida saludable y diversa desaparecerá, la soberanía de las semillas desaparecerá y la soberanía de los alimentos desaparecerá.

Por otro lado, si hablamos y actuamos con firmeza, si alzamos una sola voz en defensa de la libertad de las semillas, podemos dejar atrás la obscenidad, la violencia, la injusticia y la inmoralidad de las patentes sobre las semillas y la vida. En otros tiempos fue la esclavitud lo que pasó a la historia.

De la misma manera que las corporaciones de hoy en día no ven nada malo en poseer la vida, los dueños de los esclavos no veían nada malo en poseer a otros seres humanos. Igual que la gente entonces cuestionó la esclavitud y la desafió, ahora nuestra obligación ética y ecológica es desafiar a esas patentes que se establecen sobre las semillas. Tenemos el deber de liberar a las semillas y a nuestros agricultores. Tenemos el deber de defender nuestra libertad y proteger las fuentes de semillas libres, los territorios comunes. Tenemos el deber y el derecho de defender la vida en la Tierra.

**VANDANA SHIVA, FÍSICA Y ACTIVISTA AMBIENTAL,
PROMUEVE LA JUSTICIA ECONÓMICA,
ALIMENTARIA Y DE GÉNERO**



Pedro Diez Canseco

Carl Sagan: Poeta del Cosmos

Primer contacto

Siempre me llamó la atención el cielo nocturno, y mis primeras lecturas de niño incluían libros de astronomía como enciclopedias de mitología griega. Pero nada como sentir el fresco de la madrugada de las noches de verano en la azotea de la casa de playa, con un modesto telescopio reflector a un lado y una burda carta estelar en la mano, mientras contemplaba esas lucecitas (que nunca componían los espectaculares dibujos de las ilustraciones), la hoz naranja de Venus o la cara picoteada de la Luna. Y aunque cuando entré a la secundaria ya tenía nociones sobre el espacio, las galaxias y todo eso, mi mente explotó cuando, a principios de la década de 1980, vi por primera vez *Cosmos. Un viaje personal*, el documental televisivo de trece episodios conducido por el astrofísico estadounidense Carl Sagan.

Sagan no se limitaba a exponer los datos de su especialidad: más bien, ofrecía un generoso panorama del origen y desarrollo del conocimiento adquirido por la especie humana a lo largo de siglos. Millones de personas quedaron hechizadas –y me incluyo– por esta inaudita combinación de ideas simplificadas pero poderosas, lenguaje evocador e imágenes y cinemáticas fantásticas: mundos del tamaño de átomos y átomos grandes como mundos; un calendario cósmico que comprimía los miles de millones de años del universo en un solo año (con lo que la vida aparecía en la Tierra a finales de septiembre y toda la historia humana se condensaba en los últimos segundos del 31 de diciembre); viajes de exploración que tardaron meses o años en cruzar los mares de agua y que hoy tardan lo mismo en atravesar el oscuro océano entre los planetas; la

posibilidad de encontrar inteligencias no humanas entre las estrellas y revolucionar nuestra comprensión del universo y de nosotros mismos. Sagan nos ofrecía hechos, reflexiones y especulaciones que lo conectaban todo: las ciencias, la historia, las artes, la religión, la filosofía, la antropología. En una palabra, nos situaba en perspectiva. El libro, titulado igual que la serie, fue un éxito de ventas y la Navidad de 1985 lo tuve por fin en mis manos, en su octava edición en español.

A partir de entonces traté de leer todo lo que hubiera sido escrito por este científico, pese lo exiguo de la oferta editorial peruana de esos días, y me preguntaba quién era y de dónde había salido este carismático señor, que parecía sentirse tan cómodo causando el mayor de los asombros e induciendo pasión por el conocimiento en telespectadores y lectores.

Una vida estelar

La vida de Carl Edward Sagan (1934-1996) está bien documentada, de modo que remito a quien lea estas líneas a los muchos documentales y videos que circulan en Internet, o a libros como las biografías escritas respectivamente por William Poundstone y Keay Davidson. Aquí bastará con decir que Sagan estudió con igual fervor humanidades y ciencias y que se doctoró en Astrofísica a los 26 años de edad, por la Universidad de Chicago; su mente intuitiva y racional a partes iguales relacionaba ideas y alumbraba otras nuevas, dejando el cálculo de los detalles a otros. Fue el primero en sugerir que Venus podía ser un planeta sometido a un brutal efecto invernadero, como en efecto se comprobó, y que lo mismo podía

ocurrir en la Tierra si la composición atmosférica se alteraba. También fue un apasionado de la búsqueda de civilizaciones extraterrestres, pues estaba convencido de que siendo el cosmos tan gigantesco (por ejemplo, hay más estrellas en el universo que granos de arena en todas las playas de la Tierra, y como entonces se sospechaba y ahora se sabe, la mayoría cuentan con planetas), y dado que las leyes de la física y la química parecen ser las mismas en todas partes, la vida podría surgir y aparecer en muchos otros sitios. Cierto es que recibió el rechazo de las autoridades académicas de su tiempo (la vida extraterrestre no era a mediados de los años 60 un tema “serio”, motivo por el cual la Universidad de Harvard lo obligó a renunciar a su cátedra) y que más adelante, cuando se implementó el Proyecto SETI (Búsqueda de Inteligencia Extraterrestre por sus siglas en inglés), muchos charlatanes usaron esta nueva tendencia para aparentar respetabilidad.

Sagan pensaba que la ciencia debía ser familiar a todos sin excepción, pues vivimos en una sociedad basada en la ciencia y la tecnología, aparte de que, por sí misma, la ciencia puede tomarse como la aventura épica más grandiosa de la historia. Ya había escrito algunos libros de divulgación científica y ganado el Pulitzer de 1978 con *Los dragones del Edén. Especulaciones sobre la evolución de la inteligencia humana*, pero su gran oportunidad vino a finales de los 70, cuando logró financiar el proyecto televisivo *Cosmos*. La serie se estrenó en 1980 y alcanzó un éxito sin precedentes; se afirma que, junto con el libro homónimo, sirvió para despertar vocaciones científicas en mucha gente que de otra manera se

habría dedicado a otra cosa. Ya antes de *Cosmos* había participado en la planificación, seguimiento e interpretación de los datos de varias misiones no tripuladas de exploración espacial de la NASA, como los Viking (dos naves enviadas al planeta Marte) y los Voyager (naves robóticas que exploraron de cerca por primera vez los planetas gigantes y que han seguido su rumbo desde entonces, encontrándose ahora más allá de la órbita de Plutón en su camino hacia las estrellas). Sagan era optimista, creía que la comprensión y la colaboración entre naciones e individuos nos abrirían las puertas del mañana, pero no ignoraba la amenaza nuclear, la degradación del medioambiente y el peligroso auge de las pseudociencias y la superstición, a las que combatió por todos los medios. Su activismo antibélico le valió unos días de prisión, inclusive.

Algunos de sus colegas lo consideraban un insufrible egotástico, una estrella mediática antes que un astrofísico serio. El entusiasmo de Sagan despertaba opiniones encontradas. Si Harvard no lo quiso en sus filas, la Universidad de Cornell (California) lo admitió en seguida y le dio todas las facilidades para fundar un centro de estudios planetarios. En 1992 la Academia Nacional de Ciencias rechazó admitirlo entre sus miembros, aunque poco después esa misma institución le daría la Medalla al Mérito Público. Al año siguiente el Congreso estadounidense canceló el programa SETI y los nuevos libros de Sagan, escritos en la colaboración con su tercera y definitiva esposa, Ann Druyan (que había coguionizado *Cosmos*), no generaron las ventas esperadas. La sociedad estadounidense, más comprometida con la novedad y el espectáculo, empezaba a olvidarse de Sagan.

Siguió siendo sin embargo una voz respetada que encontraba algunos espacios para manifestarse, y siguió escribiendo para el gran público en el que cifraba sus esperanzas. Hacia 1995 su salud empeoró repentinamente. Se le diagnosticó mielodisplasia y dos trasplantes de médula no dieron los resultados esperados. Falleció de neumonía en diciembre de 1996.

La divulgación de la ciencia bajo la lupa

De Sagan han quedado algunas expresiones para la cultura popular, aunque casi siempre malinterpretadas. Por ejemplo, su afirmación de que somos “polvo de estrellas”. La frase tiene una razón de ser precisa: los átomos de nuestro cuerpo y de todo lo que nos rodea se formaron en el curso de antiguas explosiones supernova o bien en el vientre de estrellas que agotaron su combustible nuclear y dejaron de existir hace miles de millones de años. Las nubes gas lanzadas al espacio durante dichos procesos se derrumbaron posteriormente sobre sí mismas por la acción pacífica de la gravedad y terminaron formando conglomerados cada vez más densos, sometidos a más y más presión, hasta que en el centro de cada uno de esos conglomerados se produjeron reacciones termonucleares, con lo que nuevas estrellas –entre ellas el sol– empezaron a brillar. De hecho, Sagan complementa esta simplificación de la nucleogénesis (formación de núcleos atómicos más pesados que el hidrógeno en el centro de las estrellas mediante la fusión

nuclear) al comprimir la evolución de la vida en la Tierra en unos pocos párrafos en el último capítulo de *Cosmos*: cuando aparecieron los primeros ojos y oídos, es decir los primeros animales dotados de estos órganos, “el cosmos podía ver y oír”. En otras palabras, nosotros mismos seríamos la manera que tienen los átomos de conocer el origen y evolución de los átomos, la manera que tiene el cosmos de aprender sobre sí mismo. Suena grandioso, como un antiguo mito, según el mismo Sagan reconoce. Y esto nos lleva a plantearnos ciertas precauciones...

1) Sagan no inventó la divulgación de la ciencia, que solo en el siglo XX conoció a figuras como Bertrand Russell, George Gamow, Isaac Asimov, Martin Gardner, Douglas Hofstadter y Paul Davies, pero inauguró una era de auge mediático para el género. Ahora bien, es capital comprender que la divulgación científica no reemplaza a la ciencia ni lo pretende. Es solamente el aperitivo, el gancho, la invitación a un estudio formal y profundo, o bien ofrece un panorama general, superficial, entretenido. Y es que muchas ciencias, en especial la física, emplean las matemáticas porque es la única herramienta que permite describir y manipular conceptos sumamente abstractos y contraintuitivos como el spin de una partícula, las simetrías de gauge, las ondas gravitatorias o el campo de probabilidad. Cualquier adaptación a un lenguaje sin matemáticas será una reducción, incluso una banalización, y en el peor de los casos una tergiversación torpe que puede generar ignorancia y engreimiento. Al respecto, dos físicos, el estadounidense Alan Sokal y el belga Jean Bricmont (*Imposturas intelectuales*, 1997), advirtieron de los peligros de sacar de contexto términos científicos y usarlos para dar falso sustento a proposiciones filosóficas, práctica muy extendida entre intelectuales postmodernos. Ya ni hablar de quienes usan el adjetivo “cuántico” o los sustantivos “vibración” y “energía” para “explicar” o justificar lo que sea.

2) La ciencia es el conjunto de saberes reunidos por los científicos, pero también y sobre todo una manera de pensar, una forma rigurosísima de averiguar cómo funciona el mundo. Por esa razón la práctica de la ciencia, el trabajo diario paciente y cuidadoso, puede parecer demasiado espartano a mucha gente y, por lo mismo, una labor de sujetos deshumanizados para quienes nada importa salvo el experimento y la tabla de números. De allí el éxito de los divulgadores como Sagan, que se animan a integrar el conocimiento científico con el resto de actividades humanas, que nos obsequian metáforas emocionantes y saben narrar el curso de un descubrimiento como si nos contaran una aventura de Sherlock Holmes o una epifanía personal. Pero esto conlleva el riesgo de tomar esas expansiones más o menos líricas o novelísticas como el contenido real de la ciencia. De algún modo es inevitable, pues los seres humanos tenemos necesidad de relatos, de mitos, para sentirnos seguros. Sagan lo sabía y por eso usó todos esos recursos narrativos y audiovisuales, pero también conocía los peligros de crear una nueva hornada de fanáticos (ya no religiosos sino “escépticos”, nótese las comillas) y por eso sus últimos libros prescinden del tono de *Cosmos* y son más analíticos.

3) La filosofía de Sagan era el materialismo, que nos viene desde el realismo ingenuo de algunos filósofos-científicos de Jonia, a saber: todos los fenómenos pueden explicarse mediante causas naturales exclusivamente. Los siglos añadirían los sofisticados presupuestos metafísicos de la sola existencia de la materia y el imperio de la ley natural. Para “rizar el rizo” llegaría Jacques Monod, a mediados del siglo XX, descubriéndonos que incluso el Materialismo Dialéctico es una proyección animista: supone que el universo es dialéctico... porque *nuestra mente* es dialéctica. Pero aunque los textos de Sagan son usados como arma arrojada por gente cuya principal preocupación es ridiculizar a cualquier precio las creencias religiosas, el astrofísico estadounidense nunca mostró esa beligerancia ni en sus críticas más duras a la religión, a la que no confundía con el fanatismo religioso. Siempre fue un escéptico y no se adhirió a ninguna confesión religiosa, ni en las cercanías de la muerte, pero era consciente de los límites del conocimiento y, como Umberto Eco, descubrió que a veces hay que narrar aquello sobre lo que no se puede teorizar. En el tramo final de su novela *Contacto*, la protagonista, la astrofísica Eleanor Arroway, emplea una computadora muy potente para calcular decimales de pi, tal como le habían sugerido las inteligencias extraterrestres. Después de miles y miles de millones de dígitos, aparecían en base 11 solo ceros y unos, que ordenados en una trama cuadrada dibujaban un círculo de unos sobre un campo de ceros. ¡Un mensaje inserto en las matemáticas mismas, en las propiedades del espacio o de la abstracción del espacio a la que parecen obedecer los fenómenos físicos! Se sabe que, dada una cantidad infinita de signos, tarde o temprano todas las combinaciones posibles surgirán por puro azar; se piensa que los seres humanos evolucionamos para ver patrones donde tal vez no los haya. Pero que aparezca este dibujo al cabo de un número relativamente discreto de cálculos... ¿Por qué Sagan terminó de este modo su novela? ¿Qué lo llevó a ficcionar con aquello en lo que manifiestamente no creía, o a jugar con la idea de un Dios spinoziano, esa deidad abstracta, impersonal, asimilable a las leyes de la naturaleza, y sin embargo capaz de dejar una rúbrica en el tejido íntimo de las propiedades del universo?

El legado de un sabio

En las últimas páginas de la novela Sagan dice, refiriéndose a Eleanor Arroway: “Toda su vida estudió el universo, pero nunca reparó en su mensaje más sencillo: las criaturas tan pequeñas como nosotros, solo podemos soportar la inmensidad por medio del amor”. Y en la dedicatoria de *Cosmos* escribe, pensando en su esposa: “En la vastitud del espacio y en la inmensidad del tiempo mi alegría es compartir un planeta y una época con Annie”. El legado de Carl Sagan seguirá viviendo mientras sepamos mantener la curiosidad, la osadía especulativa y su contraparte, disciplina intelectual, no por capricho sino porque son herramientas indispensables para comprender, para amar en otro nivel y para sobrevivir como especie.

El discurso del fuego

En una ocasión, el Bendito que vivió en Gayasisa, junto con mil monjes, les dijo a estos:

Monjes, todo arde. ¿Qué es ese “todo” que arde?

El ojo arde; las formas vistas arden; la consciencia de lo visto por el ojo arde; el contacto con lo que el ojo ve arde; asimismo todo lo que se siente como agradable, doloroso o neutro, que surge a causa de la impresión ocular como condición indispensable, también arde.

¿Con qué arde? Arde con el fuego del deseo, con el fuego del odio, con el fuego de la ignorancia. Digo que está ardiendo a causa del nacimiento, la vejez y la muerte, con amarguras, lamentos, dolores, penas y desesperación.

*El oído arde, los sonidos arden...
La nariz arde, los olores arden...
La lengua arde, los sabores arden...
El cuerpo arde, lo tangible arde...*

La mente arde, las ideas arden, la consciencia mental arde, el contacto mental arde; de igual modo, todo aquello que se siente como agradable, doloroso o neutro, que surge a causa del contacto mental como condición indispensable, también arde.

¿Con qué arde? Arde con el fuego del deseo, con el fuego del odio, con el fuego de la ignorancia. Digo que está ardiendo a causa del nacimiento, la vejez y la muerte, con amargura, lamentos, dolores, penas y desesperación.

Monjes, cuando un noble discípulo que ha escuchado (la Verdad) se da cuenta de ello, se desengaña de la vista, se desengaña de las formas, se desengaña de la consciencia ocular, se desengaña del contacto ocular; y de todo aquello que siente como agradable, doloroso o neutro, que surge a causa del contacto ocular como condición indispensable, también se desengaña.

*Se desengaña del oído, de los sonidos...
Se desengaña de la nariz, de los olores...
Se desengaña de la lengua, de los sabores...
Se desengaña del cuerpo, de lo tangible...*

Se desengaña de la mente, se desengaña de las ideas, se desengaña de la consciencia mental, se desengaña del contacto mental; y de todo aquello que se siente como agradable, doloroso o neutro, que surge a causa del contacto mental como condición indispensable, también se desengaña.

Al desengañarse, la pasión se apaga. Con la desaparición de la pasión queda liberado. Cuando

está liberado, surge en él el conocimiento de que está liberado. Entonces comprende que el nacimiento está agotado, que ha vivido la vida de santidad, que lo que puede hacerse está hecho. Que no hay nada más que hacer.

Esto es lo que dijo el Bendito. Los monjes se alegraron y aprobaron sus palabras. Y, además, mientras pronunciaba estas palabras, las mentes de esos mil monjes quedaron liberadas del apego.

ADITTA SUTTA (SAMYUTTA NIKAYA)

*Mejor una palabra que serene a quien la escucha que mil versos absurdos.
Mejor es una simple palabra de la ley que serene a quien la escuche que mil versos inútiles.
Aunque un hombre conquiste mil veces a mil hombres en una batalla, el mejor guerrero es aquel que se conquista a sí mismo.*

BUDA

Todas las enseñanzas Zen están representadas en el sencillo acto de subirse a una bicicleta y empezar a pedalear. Mantener el equilibrio y una cadencia de movimientos de ritmo firme y suave activa las ondas cerebrales. A Einstein, la teoría de la relatividad se le ocurrió mientras andaba en bici. Créelo o no, pero el ciclismo es un portal hacia el mismo tipo de libertad que aparece al meditar.



Celebro la bici que hay en ti

El ciclismo no es un arte milenario como la arquería, cargada de simbolismos que reflejan lo más profundo de la filosofía budista: la búsqueda del centro interno a través de la práctica de un equilibrio externo. Sin embargo, cada vez que subimos a la bici, conscientes o no, se nos abre una puerta para mantener viva esa alineación. Al mismo tiempo, ir en bici es una puerta de vaivén para llegar a ese lugar.

Tan fácil como andar en bici es distraerse y perder el estado de concentración. Lo primero que recomiendan los maestros de arquería es tener presente que no es uno quien se concentra, sino sus facultades mentales.

Hecha esta salvedad, a nuestra mente le resulta más fácil entrar en ritmos que le facilitan autorregularse y procesar información a través de módulos automáticos, no conscientes, que permiten a los sistemas neuronales tomar decisiones sin que la consciencia tenga que vérselas con los diez millones de pasos que intervienen en cualquier acto mínimo. Hablar, mover las manos... Si debiéramos realizar de manera consciente todas las operaciones involucradas en contrabalancear, pedalear, elegir la huella, atender el tránsito, etc., es seguro que perderíamos el equilibrio. Como el cuento del ciempiés, cuando le preguntan cómo

hace para caminar, no sabe qué responder, ni logra avanzar.

Si pedaleamos entre los árboles, pedaleamos con la serenidad que hay entre los árboles. Si vamos entre los autos, vamos entre los autos y la actitud es diferente: los autos son parte de nuestro trayecto. No somos solo alguien aislado entre los autos: somos una relación hombre-bici-autos, y la mente lo percibe. Es ella la que los liga.

Dejamos que por la mente pase lo que vamos viendo/percibiendo, dejamos entrar esas imágenes por lo que son, sin hacer ningún comentario, ni interpretación. Como si las viéramos por primera vez, y al mismo tiempo sin quedar adheridos a su recuerdo, es decir, dejando que las nuevas imágenes las vayan desplazando y vayan ocupando ese lugar en el asombro. Todo esto crea el tipo de concentración necesaria para mantenernos en un aquí y ahora discreto.

*

Mirar solo al blanco no es lo que enseñan los maestros de arquería. Ningún proceso es meramente lineal. En el mejor de los casos, el arquero abre un camino dentro de sí para que desde lo más profundo

de sí salga una energía dirigida hacia el blanco. En su viaje, la flecha refleja una simultaneidad de procesos o relaciones del arquero. La práctica de dejarse atravesar por esa energía apunta, primero, al propio centro: a abrir un espacio dentro de uno mismo para que esa energía fluya. Sin diferenciar entre lo que “se dispare” de su interior y del “dispararse” de la flecha.

Para el ciclista, entrar y salir de esa realidad es mantenerse centrado en lo que está haciendo y en su entorno. Eso es lo que ocurre: va sin mirar a ningún punto en particular, pero es suficiente que algo se mueva en el paisaje para que lo perciba. Al concentrarnos, obtenemos una visión ampliada, que a su vez amplía nuestra consciencia. Aunque no parezca que estamos concentrados en cada detalle, un piloto en nosotros está atento. Se nos activa una fuerza mental más allá del pensamiento lógico. La percepción reemplaza al razonamiento, es difícil explicar más, ya que solo podemos experimentarlo en el silencio de ese aquí y ahora. Captar lo que ocurre, y recién lo captamos al bajar de la bicicleta.

**BICIZEN - JUAN CARLOS KREIMER,
PERIODISTA Y CICLISTA**

Mi arte
 es para los limpios
 de corazón,
 para los sanos
 de espíritu,
 para los ebrios
 de ilusión,
 para los sedientos
 de esperanza,
 para los saturados de fe,
 para los puros,
 los comprensibles,
 los buenos;
 los que tienen miel
 en el panal del corazón,
 perfume
 en la corola del espíritu,
 suaves colores
 en los pétalos
 del sentimiento,
 música alada
 en los vergeles
 de la consciencia.

ABRAHAM VALDELOMAR


La biblioteca que lleva el nombre del poeta iqueño ofrece, todos los años, el festival *Poetas en la arena*.

¿Por qué hacer un festival de poesía en Huacachina? La respuesta más inmediata tiene que ver con la Biblioteca Abraham Valdelomar de Huacachina. Una biblioteca siempre congrega. En este caso congrega poetas. Vienen poetas de todo el Perú, jóvenes y viejos: Es un encuentro en la palabra. Además, Huacachina es un lugar poético como pocos en el Perú. Es un buen sitio para reunir poetas.

¿Tiene alguna función práctica la poesía en la sociedad? Podríamos discutir qué es lo "práctico". Por ejemplo, el crecimiento económico que tanto se alaba podría llevarnos a lo más impráctico: la destrucción del planeta. Preguntar por la función práctica de la poesía es como preguntar por el sentido práctico de la inteligencia: la poesía despierta la inteligencia. Es quizás lo más práctico.

¿Qué se pretende con el Festival de Poesía Poetas en la Arena? Reunir poetas, escuchar sus voces, levantar el interés por las letras en la gente de Ica. Cantar, cantar es la función de la poesía. Esperamos que este festival dure muchos años y que las arenas de Ica vuelvan a reunir a los poetas a la sombra de los huarangos.

¿Qué puede hacer la poesía por un ser humano? Despertarlo. En cada instante hay una salida hacia la luz. La poesía quiere señalar hacia lo que, a falta de mejores palabras, llamaremos lo trascendente o Dios. Valdelomar dijo que la función del poeta es ser un intérprete de la naturaleza. Ojalá los poetas estemos a la altura de nuestra función.

ALBERTO BENAVIDES GANOZA