

el ojo interior

SEMILLAS PARA LA **CONSCIENCIA** CIUDADANA



Sembrar luz y árboles

Distribución Gratuita



AHAD
Consultoría Integral



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

**ASOCIACIÓN CULTURAL
EL OJO INTERIOR**
Dirección
Patricia Meléndez y Franco Castañeda
contacto@elojointerior.org
☎ 9980 786 20
COLABORADORES - 42^{da} Edición - Año IV - 2019
Eda Zavala López

Antropóloga y consultora, especialista en Medicina Tradicional Amazónica. Ganadora del primer puesto en la Categoría Ciudadana del I Premio Nacional Ambiental 2014.

edazavala@gmail.com
Alonso del Río

Dirige el centro de sanación y enseñanza del Camino Sagrado Americano Ayahuasca Ayllu y la Escuela Intercultural Wiñaypaq que da educación gratuita a más de 80 niños en la región de Cusco.

www.ayahuasca-ayllu.com
Pedro Favaron (Inin Niwe) y Astrith Gonzales (Chonon Bensho)

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

f Nishi Nete Medicina Tradicional
Claudia Lüthi - Portada/Contraportada

Escritora, fotógrafa, viajera. Ha realizado muestras a nivel nacional y participado como colaboradora en importantes publicaciones.

https://paseosfotograficos.wordpress.com/
David Novoa

Poeta por naturaleza

mochezoo@hotmail.com
www.elojointerior.org

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

OTRA EDUCACIÓN

Deseamos con toda nuestra razón y nuestro corazón una educación que no esté fundada en la angustia ante el fracaso, sino en el entusiasmo de aprender. Que sirva para abolir el “cada uno mira por sí mismo” para exaltar el poder de la solidaridad y la complementariedad. Que ponga el talento de cada uno al servicio de todos. Una educación que equilibre la apertura de mente a los conocimientos abstractos con inteligencia manual y creatividad concreta. Que relacione al niño con la naturaleza, a la que le debe y siempre le deberá la supervivencia, que lo inicie en la belleza y la responsabilidad frente a la vida. Porque todo eso es esencial para la elevación de la consciencia...

PIERRE RABHI

La ASOCIACIÓN CULTURAL EL OJO INTERIOR agradece a la BIBLIOTECA ABRAHAM VALDELOMAR DE HUACACHINA, SAMACA ORGÁNICO y AMAUTA RADIO, verdaderos gestores de la Cultura en el Perú, por hacer posible que todos estos años esta publicación llegue a sus manos. Nuestra infinita gratitud por el camino compartido.



Esta publicación es gratuita y se sostiene gracias al apoyo de personas que creemos que sembrando consciencia podemos cocrear un mundo mejor. Si tienes la posibilidad de colaborar económicamente con este proyecto, hazlo en:

INTERBANK: 612 – 309515288 / NRO DE CCI: 003 – 612 -013095152880 – 96

Eda Zavala

No olvidemos quiénes somos

A mis queridos y queridas hermanas de Trujillo, majestuosa tierra de la Civilización Moche:

Presento mi reverencia a los abuelos y abuelas y pido permiso para compartir mis reflexiones acerca de nuestra querida Amazonía y sus culturas ancestrales, representándolas humildemente.

Quiero declarar firmemente que nuestras sociedades amazónicas originarias son mal llamadas tribales y que su connotación despectiva, racista e hiriente mella profundamente la sensibilidad de nuestros Pueblos Originarios, que incluso hoy se sienten inferiores e intimidados si se comparan con “los otros” peruanos; no se ven ciudadanos, no se ven partícipes de los derechos que “los otros” hablan; y cuando se aproximan, lo hacen con cierto temor y recelo de decir quiénes son y de dónde vienen.

Falta aún mucho que construir en nuestro país. Construir identidad desde la educación formal y alternativa, desde una educación universal e intercultural, inclusiva y equitativa, bilingüe y pluricultural, pues eso somos. Somos todas las sangres con profundas raíces ancestrales que nos hace únicos. Somos ciudadanos de un mundo milenario y global a la vez. No ellos y nosotros, sino NOSOTROS COMO UNO, como una unidad y una fuerza y gran sabiduría. El patrimonio ancestral no es solo el sitio arqueológico o la Huaca, es lo que comemos, bebemos, pensamos y creamos. Estoy plenamente convencida que desde nuestra activa participación ciudadana creamos institucionalidad con respeto mutuo; construir identidad desde el hogar, la escuela, los pasillos, las veredas y todos los espacios que habitamos. Nosotros somos Estado e institución, la institución del individuo edificada y ocupada como un templo, que puede ser la naturaleza o nuestra casa. Sentida en el Corazón y vibrando con el Espíritu.

Estoy totalmente convencida que el proteger a la naturaleza esta íntimamente ligado a la identidad; identificar quiénes somos y de dónde venimos gracias al conocimiento ancestral de los abuelos y las abuelas, nos da la llave para entrar por la puerta grande del ser. Si sabemos quiénes somos y nos aceptamos y convivimos todos aprendiendo el uno del otro, respetando el uno al otro, sabremos como cuidar de nuestro hermoso planeta y las futuras generaciones. No tengamos vergüenza o pena de ser quienes somos. No seamos, por favor, uno de aquellos que ya no quiere hablar ni recordar quienes eran sus abuelos por temor a la discriminación. La costa, la sierra y la selva son UN CORREDOR. Los más jóvenes necesitan re-aprender este principio.

Identidad y protección de la naturaleza no solo están referidos a los Pueblos Originarios: nos toca participar a todos por igual, a los que habitamos los bosques y las altas montañas y a los que vivimos en los pueblos intermedios, ribereños o grandes ciudades; todos, absolutamente todos ligados a una geografía, a un ecosistema, a una manera de pensar y creer, de alimentarnos y vestirnos; una unidad ricamente representada. Nadie está exento de este compromiso. Identidad es lo que somos y representamos, el pasado, el presente y el futuro burbujeante. Todos actuamos, pensamos, cuidamos, producimos y recibimos lo que cosechamos.

Lamentablemente, la sociedad industrial impuesta desde las grandes ciudades como sus gigantescos bloques de cemento, y los que viven en ellas, tienden a vivir divorciados de estos elementos sustanciales y esenciales, necesarios para toda buena convivencia. Todos los peruanos y peruanas somos herederos de culturas milenarias, llenas de sabiduría y conocimiento ancestral transmitidos hasta hoy –aunque algunas veces distorsionados por

propios y ajenos. Por qué -me pregunto-, toda esta riqueza intangible es altamente valorada por ajenos y extraños que vienen precisamente de esas sociedades industriales, mientras que nosotros, los herederos, ¿pretendemos ignorarlo o usufructuarlo a costa de nuestros propios hermanos interculturales?

¿Cómo podemos crear en lugar de destruir?, ¿cómo podemos contribuir en lugar de explotar/expropiar el recurso?, ¿cómo podemos compartir en vez de apropiarnos abruptamente? ¿cómo podemos proveer en vez de explotar el recurso hasta agotarlo?

Miremos un poco lo que dejamos a nuestras espaldas, revaloremos lo que nuestros abuelos y abuelas nos enseñaron con amor y cierta complicidad. Cuidado con jugar con fuego y perdernos en “el mundo globalizado” hasta terminar totalmente despersonalizados.

No olvidemos quiénes somos. Reflexionemos constantemente. Sepamos bien de dónde venimos para saber hacia dónde vamos. Esa es mi práctica, y mis encuentros constantes con nuestras sociedades hermanas, valorando sus destrezas, incentivándolos a usar sus conocimientos infinitos, aprender de su humildad y venerar sus espacios. Mirar a través de los ojos puros de los niños y niñas Shawi es mi fuente de inspiración y fortaleza. Eso es lo que algunos/algunas de nosotras venimos haciendo en nuestra Amazonía, que no solo pertenece a los amazónicos y Pueblos Originarios. Todos/todas dependemos de sus frágiles y esenciales ecosistemas, de nuestra Madre vestida de verde, de nuestra Madre Tierra.



W. GOLDEN MORTIMER

LA HISTORIA DE LA COCA

TODAS LAS PLANTAS SON SAGRADAS PORQUE SAGRADO ES EL BROTAAR,
Y SAGRADA ES LA VIDA Y LA LUZ QUE LA SOSTIENE - ALBERTO BENAVIDES GANOZA

En 1977, siendo profesor de psicología en la Universidad Nacional Agraria de La Molina, fui sorprendido por la pregunta que la entonces primera Dama de los Estados Unidos, la señora Joselyn Carter, hiciera a los profesores que la acompañaron a visitar el campus. Esta tenía como cuestión el costo que tendría reemplazar los cultivos de coca en el Perú. Dos años antes, cuando estaba a cargo del Vice Rectorado Académico de la Universidad San Antonio de Abad de Cuzco, había comprobado los maravillosos efectos del coqueo andino, cuando en Sacsayhuaman, las hojas me fueron ofrecidas por el profesor polaco Jan Szeminski, estudioso entonces del levantamiento de Túpac Amaru II. El profesor peruanista, ahora jubilado de la Universidad Hebrea de Jerusalén, había llegado de Varsovia hablando quechua. Quedó sorprendido por mi ignorancia del coqueo andino. Cuarenta años después, él y yo seguimos con hojas de coca en la boca.

Al confrontar mi experiencia con la oficial condena existente en torno al hábito milenario, me percaté de la existencia de un arraigado prejuicio sobre el coqueo (acullico, pijchado, chacchado), de raíz colonial, que lo marginaba de la conciencia nacional por ser “cosa de indios”. El prejuicio había sido legitimado desde inicios del siglo XX por la psiquiatría, a partir de los textos fundacionales de Emil Kraepelin (1856-1926), quien, sin apoyo experimental ni observación directa alguna, categorizó el coqueo dentro de sus “Toxicomanías”, como “intoxicación crónica”. Tal fue el punto de partida de la continua prédica de la escuela psiquiátrica peruana, comenzando con Hermilio Valdizán (1885-1929), creador de la cátedra correspondiente en la Facultad de Medicina de la Universidad Mayor de San Marcos. Fue él quien, desde Roma, donde hizo sus estudios en la nueva profesión, se apresuró en alertar acerca de la “descubierta enfermedad

mental”, publicando sus “apuntes preliminares” en *El Cocainismo y la Raza Indígena (La Crónica Médica, Lima, 1913)*. Al mantener la cátedra durante una década, Valdizán logró extender su doctrina, lo que llevó a que apareciera el libro *La Coca, la gran toxicomanía peruana* (1934), de otro prominente médico de Lima, Luis N. Sáenz. Esta versión siguió repitiéndose hasta las estadísticas de salud de la década de los años 70, donde figura como “la toxicomanía más extendida en el Perú” (Caravedo y Almeyda, *Alcoholismo y toxicomanías*, Ministerio de Salud, Lima, 1972).

Como resultado de la estigmatización, el prejuicio en los países andinos también fue evidente, en el descuido de los historiadores y arqueólogos al no registrar a la hoja de coca en los inventarios de plantas andinas. La “amnesia cultural” (Albert Memmi, *Portrait du colonisé*, 1957), en este aspecto, estaba instalada.

Para salir de mi ignorancia al respecto, recurrí a la consulta de la indispensable obra del historiador Raúl Porrás Barrenechea, *Fuentes históricas peruanas*, quien sí consignaba, como referencia, “un grueso repertorio”, según sus palabras, constituido por Perú: *History of Coca. The Divine Plant of the Incas...* (Nueva York, 1901) del médico e historiador W. Golden Mortimer (1854-1933). Seguidamente, busqué en la Biblioteca Agrícola Nacional, hasta encontrar un empolvado volumen del libro citado, adquirido en 1904 por la misión belga creadora y fundadora de la Escuela de Agricultura. La ficha de registro de lectura del libro consignaba apenas algunas entradas.

La rápida revisión de su contenido me deslumbró, en especial su rica bibliografía, en la cual me apoyaría posteriormente¹. Pero mi interés inicial era revisar las bases del mal nombre y de la condena psiquiátrica de la coca. En mi primera aproximación al tema, basada en la revisión documental de los trabajos psiquiátricos peruanos, denuncié el infundio de su descalificación “por los extirpadores de idolatrías

del siglo XX”, en un artículo que apareció en el diario limeño *La Prensa*, en 1977, y posteriormente en la revista *América Indígena*². Este artículo, que reivindicaba a la planta andina, sirvió de fundamento a la protesta antropológica iniciada en dicho número -editado por el antropólogo peruano Enrique Mayer, Jefe de Investigaciones Antropológicas-, y fue luego incluido en una publicación de 1986³ por gestión de quien fuera su compilador, el también antropólogo peruano Alejandro Camino D.C.

Poco después, un cercano amigo me trajo la primera reedición facsimilar del libro de Mortimer, aparecida en San Francisco en 1974. Si bien en 1970 Richard Martin, a partir de la edición original, destacó su actualidad en su artículo revisionista sobre la coca andina⁴, fue esta reedición la que lo convirtió en consulta obligada para la reconsideración del recurso andino, encabezada por Andrew Weil, el famoso autor de *The Natural Mind* (1972), quién desde 1977 propone la reintroducción de la coca en la medicina contemporánea⁵, dejando de lado el infundado cargo psiquiátrico que sobrellevaba. Cabe agregar que en 1995, Weil presentó la causa de la hoja de coca andina en *The New Yorker*, anunciándola como la nueva política de la coca.⁶ En los movimientos de campesinos cocales, tanto en Bolivia como en el Perú, legitimados por la renovada imagen que se difundió de la planta en los años 90, participó también el profesor Weil en eventos de las organizaciones cocales, el último de los cuales se dio en La Paz, Bolivia, en el 2013, por invitación del presidente Evo Morales. Desde el inicio de mi interés por el tema andino, eché de menos una traducción de *History of Coca* al español, más aún por la trascendencia histórica de su contenido, que deja fehaciente prueba de la acogida y el aprovechamiento por la medicina experimental del Siglo XIX de nuestra

planta tradicional. La relevancia de la obra de Mortimer es tal, que en la Bibliografía anotada que manejó en 1950, la Comisión de Estudio de la Hoja de Coca, nombrada por el Consejo Social y Económico de las Naciones Unidas a solicitud de nuestro propio país, se consignaba su referencia, pero con una malintencionada nota del autor responsable, doctor Oswaldo Wolff, para quien “en conjunto, no es un libro digno de confianza, y por lo tanto puede sencillamente pasarse por alto” (sic).

Sucesivas reediciones en inglés prestan apoyo a su actualidad. No existe mejor información acumulada sobre la coca y sus beneficios en el siglo XIX. Mortimer registra la promoción de sus virtudes desde la obra de Hipólito Unanue (1755-1833), pasando por Paolo Mantegazza, en *Su le virtù igienico e medicinale de la coca e altri alimenti nerviosi* (Milán, 1859) y por nuestro compatriota Tomás Moreno y Maiz, quien en 1868 publicara en París sus *Recherches chimiques et physiologiques sur Erythroxylum coca du Pérou et la cocaine*, confirmando experimentalmente sus efectos, hasta su popularización en Europa por Angelo Mariani, farmacéutico de Córcega, quien elabora en París su *Vin Mariani a la coca du Pérou*, elogiado por grandes personalidades de fines del siglo XIX. A él también se deben, y el mismo Mortimer lo reconoce, las recomendaciones para su uso terapéutico en diferentes males.

History of Coca vino a resumir y cerrar el ciclo del reconocimiento mundial de nuestra legendaria planta.

En 1952, el Comité de Expertos en Drogas Susceptibles de Engendrar Toxicomanías -hoy Comité de Expertos en Farmacodependencia de la Organización Mundial de la Salud (OMS)- desconoció todos los antecedentes médicos sobre la coca, desde la famosa Disertación Sobre el Aspecto, Cultivo, Comercio y Virtudes de la Famosa Planta del Perú Nombrada Coca, publicada en el *Mercurio Peruano* en 1794 por el padre fundador de la medicina peruana Hipólito Unanue, hasta el propio libro de Mortimer (quien, por supuesto, destaca la obra de Unanue⁸), atendiendo a la nota crítica, arriba mencionada, de la Bibliografía adjunta al Informe de la Comisión de Naciones Unidas de 1950.

Asumida la estigmatización psiquiátrica por las convenciones internacionales suscritas sobre “drogas”, se incluyó a la hoja de coca en la Lista I de sustancias fiscalizadas (Convención única, 1962), bloqueando su comercio internacional y su válida industrialización. La prohibición, bien se reconoce, ha dado y mantiene como consecuencia la producción y el aprovechamiento ilegal de la hoja andina en manos del llamado “narcotráfico”, con su permanente poder corruptor, cuya existencia está condicionada por el mantenimiento de la infundada prohibición.

Confiamos en que este libro será punto de apoyo en toda investigación sobre nuestro gran recurso andino

y abrirá la perspectiva de un futuro industrial en gran escala, que se insinúa ya en pequeñas empresas que ofrecen diversos productos elaborados, tanto en Bolivia y Colombia como en el Perú.

La traducción, después de más de un siglo, de esta monumental obra al español, debida a Jan Ygberg y Fernando Rozas, auspiciada por Alberto Benavides Ganoza, promotor y director de la Biblioteca Abraham Valdelomar, a quien agradezco el honor de prologar esta edición, ha de ser decisiva en la toma de conciencia, en el mundo hispanohablante, del desordenamiento mundial provocado por el oscurantismo psiquiátrico y su prédica. Particularmente, los países productores andinos tendrán con este libro el testimonio histórico del reconocimiento médico de la coca como planta medicinal y la base necesaria para denunciar ante las Naciones Unidas la indebida condena a nuestra venerada planta.

BALDOMERO CÁCERES SANTA MARÍA

Lic. Psicología, Universidad Nacional Mayor de San Marcos

M.A. School of Education, Stanford University

Adquiere tu libro en Samaca Orgánico

Av. Tejada 510 - Barranco

(altura de la cuadra 12 de la Av. 28 de Julio Miraflores)

☎ 01 - 3406361

¹ Historia, Prejuicios y Versión Psiquiátrica del Coqueo Andino, *Perú Indígena* 28, Instituto Indigenista Peruano, Lima, 1990

² La Coca, el Mundo Andino y los extirpadores de idolatrías del siglo XX. *América Indígena* 4, vol XXXVIII, Instituto Indigenista Interamericano, México 1978. Ese mismo año aparecía en Londres, bajo el pseudónimo Antonil, el libro *Mama Coca*, de Anthony Henman, varias veces editado en español en el área andina.

³ *La coca andina, Visión indígena de una planta satanizada*, Joan Boldó y Climent, Eds., Instituto Indigenista Interamericano, México, 1986.

⁴ The Role of Coca in the History, Religion, and Medicine of South American Indians, *Economic Botany*, 24 (4), 422-43.

⁵ Observations on Consciousness Alteration, Why Coca Leaf Should be Available as a Recreational Drug, *Journal of Psychedelic Drugs* 9 (1), Jan-Mar 1977 / The Therapeutic Value of Coca, in *Contemporary Medicine Journal of Ethnopharmacology Volume 3*, Issues 2-3, March-May 1981.

⁶ Letter from the Andes, The New Politics of Coca, *The New Yorker*, 15 de mayo de 1995.

⁷ La obra de Mariani ha merecido debido recuerdo en el reciente *Le vin de coca et la naissance de la publicité moderne*, Aymon de Lestrange, Paris, 2016.

⁸ Unanue informó a la comunidad académica norteamericana sobre la preciada hoja de coca, en su Communication to Mr. Mitchil, *American Journal of Science and Arts III*, New Haven, 1821



Comunicarse con uno mismo

La soledad es el mal de nuestro tiempo. A veces no sentimos muy solos a pesar de estar rodeados de personas. Estamos solos en compañía. Tenemos un vacío interior que nos hace sentir incómodos y tratamos de llenarlo conectando con otras personas. Creemos que, si somos capaces de conectar con los demás, el sentimiento de soledad desaparecerá.

La tecnología nos proporciona varios mecanismos para ayudarnos a estar conectados. Sin embargo, nos sentimos solos incluso cuando estamos conectados. Comprobamos el correo, enviamos mensajes de texto y actualizamos la información de nuestras redes sociales varias veces al día. Queremos compartir y recibir. Aunque pasemos todo el día conectados, somos incapaces de reducir la soledad que sentimos. Todos queremos recibir amor, pero no sabemos cómo generarlo para alimentarnos de él. Cuando nos sentimos vacíos, utilizamos la tecnología para tratar de aliviar el sentimiento de soledad, pero no funciona. Tenemos internet, el correo electrónico, las conferencias de vídeo, los mensajes y las publicaciones digitales, las aplicaciones, las cartas y los teléfonos móviles. Lo tenemos todo. Y, aun así, no es del todo seguro que hayamos mejorado la forma en que nos comunicamos.

Muchos de nosotros tenemos teléfonos móviles porque queremos estar en contacto con otras

personas, pero no deberíamos confiar tanto en nuestros teléfonos. Yo no tengo móvil, pero no siento que esté desconectado de lo que sucede en el mundo. De hecho, gracias a no tener un dispositivo móvil, puedo dedicarme mucho más tiempo a mí mismo y a los demás.

Existe la creencia de que tener un teléfono móvil nos ayuda a comunicarnos, pero, si el contenido de nuestro discurso no es auténtico, el hecho de hablar o mandar mensajes a través de un dispositivo electrónico no significa que nos comuniquemos con otra persona.

Confiamos demasiado en las tecnologías de la comunicación. Detrás de todos esos instrumentos se encuentra nuestra mente, el instrumento de comunicación más importante. Si tenemos la mente bloqueada, ningún dispositivo compensará nuestra incapacidad de comunicarnos con nosotros mismos o con los demás.

Conectar con nuestro interior

La mayoría de nosotros pasamos mucho tiempo en reuniones o mandando correos a otras personas y no el suficiente comunicándonos con nosotros mismos. Como resultado, no sabemos lo que ocurre dentro de nosotros mismos. Puede que nuestro interior sea un

caos. En ese caso, ¿cómo vamos a comunicarnos con otra persona?

Pensamos que podemos conectar con los demás gracias a todos los dispositivos tecnológicos que existen, pero esto no es más que un espejismo. Vivimos nuestro día a día desconectados de nosotros mismos. Andamos, pero no somos conscientes de que andamos. Estamos presentes, pero no somos conscientes de que lo estamos. Estamos vivos, pero no lo sabemos. Nos perdemos a nosotros mismos a lo largo del día.

Detenerse y comunicarse con uno mismo es un acto revolucionario. Este acto de comunicación consiste en sentarse y dejar de estar perdido, de no ser uno mismo. Para empezar, debes dejar lo que sea que estés haciendo, sentarte y conectar contigo mismo. A esto se le llama tener una consciencia plena. La práctica de la consciencia plena consiste en ser totalmente consciente del presente. No necesitas tener un iPhone ni un ordenador. Solo atienes que sentar e inhalar y exhalar. En tan solo unos segundos, conectarás contigo mismo.

Sabrás lo que ocurre en tu cuerpo y cuáles son tus sentimientos, emociones y percepciones.

THICH NHAT HANH, MAESTRO BUDISTA

Alonso del Río

Consciencia y responsabilidad

Si seguimos el desarrollo de nuestra consciencia -desde que somos niños- encontramos que en la vida se va incrementando nuestra consciencia al igual que nuestra responsabilidad.

Si observamos un bebé de un año, apreciamos que es poca su consciencia y también poca su responsabilidad. Cuando el niño nace colabora con su supervivencia haciéndose cargo de reportar si tiene hambre, frío o dolor; conforme va creciendo y se "va dando cuenta" descubre que puede controlar su esfínter y no embarrarse en cualquier momento. Luego probablemente aprende a vestirse solo, a comer, a asearse, a

ayudar a sus padres en cosas menores y luego en cosas mayores. Después se hace responsable de sí mismo y en la mayoría de los casos asume la responsabilidad de una familia y ahí termina la historia, porque o ya tiene suficiente o no ve por donde sigue el camino.

Paralelamente algunos han creído que están en un camino espiritual, y que son bellas personas formando parte de un selecto grupo de seres interesados en el desarrollo personal y la evolución. A pesar que participan en grupos de estudio, visitan gurús y maestros, consumen cantidad de libros e información y de vez en

cuando hacen una pequeña donación, empiezan a pasar los años y quizá algunos se dan cuenta que llevan años sin notar cambios sustanciales.

Hoy la espiritualidad es un tema recurrente en las pláticas de las reuniones sociales, pero la conexión real con la Madre Tierra es nula. ¿A quienes están apoyando con su energía (dinero) manteniendo una vida de irresponsable consumo mientras hablan de espiritualidad? Puede ser la intuición o el deseo de seguir creciendo lo que nos motiva a encontrar algo cada vez más verdadero, o la consciencia que nos muestra esta estrecha relación entre la responsabilidad y el empezar a hacernos cargo de

nuestros pensamientos, nuestras emociones y sobre todo nuestro consumo.

No hay mejor ni más cierto signo de madurez que el empezar a hacernos responsables de todo lo que sucede (coincidencia absoluta con el "Hoponopono"). Al tratarse de situaciones internas, el procedimiento es muy parecido. Luego de años de estudiar nuestra mente y nuestras emociones empezamos a comprender cómo y por qué sufrimos, y así dejamos de culpar a nuestros padres, nuestras parejas, nuestros hijos, a la sociedad y a los extraterrestres por todo nuestro sufrimiento.

No solo es que al hacernos responsables empezamos a desactivar uno de los patrones más nocivos (el culpar a los demás de todas nuestras desgracias), sino que es el único y verdadero camino a la consciencia. Si voy por la calle y veo en la acera una cáscara de plátano y sabiendo lo que puede pasar si una persona la pisa por descuido, no dudaría en levantarla y ponerla en un lugar más adecuado. ¿Qué pasó ahí? La consciencia de la situación te obliga a actuar y a asumir la responsabilidad. ¿Cómo nos sentiríamos de saber que una persona se lesionó gravemente por pisar la cáscara que nosotros vimos y no levantamos? Esto sucede permanentemente en el umbral de nuestra consciencia.

Vemos las situaciones en las que podemos actuar, pero optamos por el camino más fácil: La inconsciencia. Si no tenemos consciencia real de la situación podemos pasar al lado e ignorarla creando el pensamiento: "Este no es mi problema" o peor aún: "¿Cómo puede ser la gente tan sucia y descuidada que pone en riesgo la vida de los demás?", o si no: "En esta ciudad ya ni siquiera funciona el servicio de limpieza, ¿para eso pagamos impuestos al gobierno?" (pero no la levantamos). Es mil veces más fácil culpar a todo el mundo que asumir una responsabilidad.

Esta verdad tan sencilla duele y quema como fuego ardiente porque atenta contra nuestra falsa imagen de personas "conscientes". Nos gusta criticar, dar sugerencias de cómo mejorar, de cómo "cambiar el mundo", pero no nos gusta hacernos cargo.

Hasta hoy sobreviven los rezagos de un muy mal entendido "camino espiritual". El divorcio tradicional entre espíritu y materia nos ha marcado de una forma muy negativa. Vivimos en la creencia de que nuestras actividades materiales no tienen nada que ver con

nuestro camino espiritual, y que en la débil frontera que existe entre estos mundos, están las actividades y obras de caridad que pretenden llenar el abismo; ahí termina toda nuestra responsabilidad material frente a la injusticia del mundo o la necesidad ajena. Sin embargo, en este nuevo tiempo tenemos una visión diferente de este hecho. El camino a la consciencia está totalmente conectado a la responsabilidad, es más, no hay ninguna diferencia entre consciencia y responsabilidad. Si ves una situación en la que puedes intervenir y corregir y no lo haces, ciertamente no eres plenamente consciente de la situación, solo la ves a medias, entonces no hablemos de consciencia o espiritualidad.

Acá puedes ver todos los vicios ocultos de la personalidad. La flojera, la desidia, la negligencia o la indiferencia; vicios que por lo común son magistralmente camuflados y maquillados para seguir en la creencia de que somos seres espirituales. Son muy pocos los que ante una situación dada reconocen humildemente: "No me da ni la consciencia ni la energía para solucionar esto". Esto ya, es un gran acto de consciencia, el más grande que en ese momento puedes lograr; porque no lo cultas, no evades la realidad.

En el pasado -más que ahora- era muy normal que cuando una persona llegaba a un determinado estado de consciencia se retirara del mundo, solo o en congregación, con la esperanza de encontrar en esas condiciones la añorada paz interna.

Esto tiene algo de cierto en la medida que al estar en el mundo en permanente interacción con personas de muy bajo nivel de consciencia, se vive una fricción y un desgaste muy lejos de la soñada paz. ¿Qué pasaría si usamos los conflictos como herramienta de transformación para disolver nuestros patrones mentales y no solo aceptamos la interacción con energías conflictivas en nuestra propia vida, sino que asumimos la responsabilidad de transformar nuestro mundo y el de estas?

Hubo un tiempo en mi vida en el que me gustaba acariciar la posibilidad de quedarme en la selva -casi como un contactado- y desde allí hacer el trabajo energético o espiritual.

Ciertamente valoro mucho a las personas que han cortado lazos con el mundo y tratan desde otros planos de ayudar a la humanidad. Creo

indudablemente en el gran poder del un rezo consciente y que desde allí -sin necesidad de actuar materialmente- se pueden lograr grandes cosas para beneficio de todos. Pero la pregunta sería ¿cómo llegar a ese nivel, de tener un rezo verdaderamente consciente y poderoso del cual poder afectar la materia? Sería muy fácil perdernos en el camino de la fantasía e imaginar que ya llegamos a donde quisiéramos llegar, pero nunca llegaremos allí solo soñando e imaginando.

Por otro lado, es tal la magnitud la magnitud del poder y la velocidad con la que el ser humano puede destruir todo lo que existe, incluido el planeta, que vale la pena ensayar este camino de consciencia y responsabilidad.

El tomar la responsabilidad de trabajar por una revolución pacífica que conduzca a la humanidad a otro nivel de consciencia, me parece el camino más adecuado para este tiempo. Poder alzarnos y disfrutar del esfuerzo que implica hacer una pequeña obra por el bienestar de alguien más que no sea yo o mi familia cercana; poder vencer los límites extremos de la frustración y la desesperanza cuando reconoces que todo el sistema apunta a otro lado; poder aceptar que es imprescindible hacer este gran esfuerzo a pesar que todo podría ser mil veces más fácil, si cada uno hiciera su parte; poder reconocer que aun así, todo es perfecto. Luego de haberlo dado todo, recién entonces esperar la voluntad del universo...

Lo que más claro tengo es que no quiero tener en mi consciencia que pude haber levantado la cáscara que lastimó a alguien y no lo hice, que pude haber ayudado a alguien y no lo hice, que pude ser mejor persona y no lo fui.

Así como en la ceremonia, uno no puede falsear o pretender ser mejor de lo que es, en el momento de dejar este cuerpo la felicidad no se puede falsear: El sufrimiento o la felicidad con la que uno parte de esta Tierra, tiene mucho que ver con la sensación de satisfacción de haber hecho nuestro mejor esfuerzo -cada día- por la felicidad de todos los seres. Esa es la única felicidad que nos vamos a llevar: La consciencia.

Inin Niwe y Chonon Bensho



Mujer Chaikoni meditando
Chonon Bensho

Oni pae: el uso medicinal del ayawaska

Entre el pueblo shipibo-konibo nunca existieron chamanes. Esa palabra designa a los médicos tradicionales en Siberia, y los antropólogos la han impuesto de manera abusiva sobre otras culturas. Los médicos Onanya de la nación shipiba no son expertos en unas supuestas técnicas arcaicas del éxtasis, sino personas dedicadas a servir a sus semejantes y curar enfermedades. Cuando vienen a nuestra comunidad extranjeros preguntando por chamanes, nosotros pensamos que buscan a esas personas mal preparadas que dan de tomar ayawaska por negocio, pero que no saben curar ninguna enfermedad. La mayoría de los visitantes extranjeros no quieren ser curados, sino que persiguen experiencias exóticas y emociones intensas. Quieren tener visiones psicoactivas. La práctica de los antiguos Onanya no tiene nada que ver con eso. Nuestro abuelo nos enseñó que un médico legítimo está por completo dedicado a la curación de sus pacientes, para ayudarlos a que sean personas positivas y saludables. Debido a sus prolongadas dietas, los sabios de antes eran más fuertes que los de nuestro tiempo; y sus facultades, más refinadas y profundas. Ellos se alejaban por años en la espesura húmeda del bosque y solo comían escuetos alimentos. Nunca les daba el sol contra la piel. No conocían el aire contaminado de las ciudades, los malos olores de la basura acumulada, ni el embrutecimiento que provoca la cerveza. Cuando dietaban no se cruzaban con mujeres menstruantes o personas que hubieran tenido relaciones sexuales. Sabían conversar con las

aves y los espíritus de las plantas, con los ríos y con los seres del aire.

A mediados de los años los setenta del siglo XX, cuando en Europa y Norteamérica ciertos sectores de la juventud se interesaron por las sustancias psicoactivas y las plantas visionarias, llegaron a nuestras comunidades turistas psicoactivos buscando sustancias que les proporcionaran “estados modificados de conciencia”. Este flujo de extranjeros, desde entonces, no ha cesado de aumentar. Alentados por esos turistas y los beneficios económicos, algunos shipibos, mestizos y miembros de otras naciones indígenas, empezaron a ofrecer ayawaska a cambio de dinero, sin haberse iniciado como médicos siguiendo los pasos legados por los antiguos. Y eso sigue siendo así. Algunos dietan unos cuantos meses y ya dicen que son médicos, pero con tan poco tiempo de dieta no se puede conocer lo bueno, pues el mundo de la medicina demora en abrirse; de esa manera apurada solo se aprende lo malo: el ser un brujo, que es un aprendizaje más rápido, que no demanda tanto sacrificio ni limpiar nuestro corazón de todo resentimiento y envidia. Otros aprenden solo de los libros de ciencias ocultas y magia negra, y por eso no pueden curar; a diferencia de la medicina, el conocimiento esotérico de los libros puede ser ejercido de manera egoísta, y no para servir a nuestros semejantes. Es fácil encontrar personas que den de tomar ayawaska y canten. Los pacientes, por el efecto del ayawaska y de los cantos, se emocionan e ilusionan. Pero eso no es medicina. Lo

que sucede es que se está reduciendo el ayawaska a una droga alucinógena; y los turistas desarrollan un discurso pseudo místico, pseudo indígena, nutrido de los maestros del New Age, para justificar su evasión de la realidad, su búsqueda de paraísos artificiales.

Los antiguos Onanya no cobraban, ya que su economía desconocía el dinero. Ellos vivían de la pesca, de la caza, de su trabajo en la chacra. Los pacientes, en algunos casos, cuando eran curados, regalaban al médico una cushma de algodón, objetos de cerámica, gallinas o una canoa. Pero era una retribución que nacía de la propia voluntad del paciente. No había ninguna motivación económica para dedicarse a la medicina. Aunque ahora nadie puede vivir de forma exclusiva del bosque y cobrar por el trabajo es necesario para los Onanya, la motivación para aprender la medicina ancestral ha de ser siempre la vocación de servicio. Son pocos los médicos que han atravesado los procesos de iniciación legítimos y que practican movidos por esa generosidad, con verdadero ánimo de curar a quienes pidan su ayuda. Para los pacientes extranjeros, no es sencillo identificar a estos médicos. Son muchas las personas de distintas nacionalidades que, hartos de las respuestas espirituales que les brindan sus propias sociedades y del materialismo imperante, intuyen que nuestra herencia medicinal puede ayudarlos a encontrar posibilidades vitales y respuestas espirituales más amplias y satisfactorias. Sin embargo, siendo

para ellos la selva y nuestra cultura una geografía exótica, llegan con poco conocimiento, guiados por los caprichos de sus intuiciones y sin saber diferenciar la verdad de la mentira. Además, sus intenciones no siempre son claras. Para muchos de ellos la inmersión en nuestras plantas medicinales es poco más que una vía de evasión de la estrechez asfixiante de sus vidas. Y a partir de la intensidad de la experiencia, aseguran que el ayawaska les cambió la vida, cuando lo más seguro es que solo hayan modificado su discurso y otras actitudes externas, sin llegar al núcleo de su conciencia ni a romper la vanidad y el egoísmo de su corazón. Pero nuestros antiguos no querían evadirse de nada cuando tomaban ayawaska; por el contrario, con el ayawaska se sumergían en las profundidades inadvertidas de la realidad. Comprobaban que los mundos espirituales de los que hablaban sus padres y abuelos eran ciertos. Y escuchaban las voces siempre nuevas de sus ancestros. Nutridos de la fuerza de esas voces y poderosos pensamientos, aprendían cómo debían moverse en la selva, cómo pescar en los ríos, cómo pensar con tranquilidad y respeto, cómo educar a sus hijos y vivir en pareja sin conflictos. Y, aunque no sabían escribir, no perdían la memoria de los antepasados. Nuestros abuelos nos enseñaron que en el interior de los árboles y de las plantas está escrita toda la sabiduría que precisamos para curarnos, para pensar bien y prosperar. Nuestro abuelo no daba de tomar ayawaska a los pacientes, sino que él tomaba solo cuando era necesario, para realizar el diagnóstico y conectarse con el jakon nete, el mundo medicinal del que descienden los cantos cuya vibración cura los males del paciente. Sin embargo, nuestra herencia medicinal se está tergiversando para satisfacer

las búsquedas de exotismo y mística ligera de los clientes extranjeros. Se quiere hacer creer que el ayawaska es una suerte de catalizador de la iluminación, cosa que no tiene ningún sentido. Lo que ilumina al ser humano es la humildad, el dejar de lado nuestras transgresiones, vicios, pasiones y apegos, y consagrar nuestra vida al bien común y al Gran Espíritu. No existe un camino fácil para iluminarse. El ayawaska puede ser usado para curar tanto como para hacer el mal, para ejercer la brujería. Lo importante es lo que hay en el corazón de quien toma la medicina y su intención. Es decir, no es el ayawaska lo que limpia el corazón del practicante, sino que el practicante ha de limpiar su corazón y regenerar su entendimiento con la luz del Espíritu. Así tomará el ayawaska para promocionar la salud. Además, hay que haberse iniciado de forma legítima, sometiéndose por largo tiempo a las renunciaciones y abstinencias de la dieta iniciática. No conviene jugar con lo sagrado, ni imponer categorías ajenas sobre las prácticas medicinales de los pueblos indígenas. Es importante ahondar en la raíz de estos saberes antiguos; nuestros ancestros usaron el ayawaska por cientos de años, perfeccionando su uso, sabiendo para qué y cómo utilizarlo de la mejor manera. No se puede improvisar. En nuestros días, las cosas se muestran muy confusas; pero si volvemos la vista a los antiguos, desaparece el desconcierto. Quien camina siguiendo la herencia de los sabios padres no ha de perderse; dará pasos firmes y conocerá hacia dónde debe dirigirse. Tendrá que superar pruebas, pero nada lo hará tambalear; y si llega a caer, sabrá cómo levantarse, porque su raíz se hunde con profundidad en buena tierra.

La integridad

es nuestra auténtica naturaleza;
llegar a la integridad
es el trabajo de toda una vida.

La persona que posee integridad
hace lo que es justo sin intentarlo,
entiende la verdad sin pensar
y encarna naturalmente al Tao.

La integridad no es solo
la realización de nuestro propio ser;
es también la cualidad
mediante la que todos los seres son realizados.

Cuando realizamos nuestro propio ser,
nos hacemos de verdad humanos;
cuando realizamos a todos los seres,
llegamos a la auténtica comprensión.

La humanidad y la comprensión
son inherentes a nuestra naturaleza,
y mediante ellas
unimos lo interno y lo externo.
Así, cuando actuamos con integridad,
todo lo que hacemos es justo.

CHUANG TZU

Lo que mantiene cohesionado al mundo en lo más íntimo

Al principio del mundo, nos dicen los astrofísicos, hubo una gran explosión, el big bang, y desde entonces todo anda volando por ahí. Antes de ese comienzo debió de existir una fusión primigenia en la que toda la energía del universo se unía en un mismo punto. ¿Es que entonces el universo no tiene principio ni fin?

Cuando una energía muy potente se transforma en una menos potente, nos dice una de las leyes más importantes de la física, se produce una pérdida de energía y se diluye el tiempo. Desde el big bang ha transcurrido una cantidad inimaginable de años. Pero cuando varias energías débiles se van fusionando poco a poco para formar una más potente, como la anterior a la gran explosión, o como sucede cada vez que las partículas se fusionan o un par de personas (o una pareja de personas) se funden con los mismos objetivos, se produce una ganancia de energía y el tiempo corre hacia atrás. ¿Es que nuestro tiempo puede lo mismo discurrir hacia delante o hacia atrás?

Si todo lo que está a nuestro alrededor vuela libremente por separado, si pierde su energía y el tiempo transcurre -ya que todo el universo del que formamos parte está otra vez a punto de expandirse-, entonces nada de lo que tiene lugar con regularidad en todo ese tiempo puede responder a una ley universal. En cualquier parte en la que las moléculas que vuelan en libertad ha perdido tal cantidad de su energía original, al punto de que entran en una interacción recíproca y pueden atraerse, habrá surgido una extraña isla, la de un mundo futuro en medio del mar de partes fragmentadas. En cada una de esas islas rigen todavía las antiguas leyes, pero también las nuevas leyes del universo que empieza a fundirse y a moverse en dirección hacia un punto

original. Bien mirado, está en nuestras manos, por lo tanto, decidir según qué leyes orientamos nuestras acciones, si de acuerdo con las actuales, que todavía pujan por separarse, o según las de un mundo futuro que confluye hacia un mismo punto, aunque todavía se lo entienda como un proceso en gestación.

Puede ser que, tal como dicen los físicos, esas islas -como nuestro sistema solar con su Tierra, con la vida surgida allí y con nosotros mismos- no puedan mantenerse eternamente, ya que puede ser que la energía alguna vez acumulada de nuestro Sol se vaya perdiendo poco a poco y se expanda una vez más por el infinito. Pero ¿acaso esa verdad es más cierta que la otra que plantea que nosotros, aquí y ahora, estaríamos en condiciones de detener el tiempo y obtener energía si nos fundimos? Bien mirado, existen varias verdades sobre los hechos y los procesos que nos afectan. Podemos escoger, sin embargo, según cuál de esas distintas verdades deseamos orientarnos.

Si bien nos parece importante guiar nuestras acciones de acuerdo con las leyes -durante tanto tiempo vigentes- de un universo que confluye con su energía hacia un mismo punto y acomodarnos en este pequeño planeta azul, un planeta que es, en efecto, percedero, pero que seguirá siendo todavía por algún tiempo una isla habitable en el mar de un universo que se pulveriza, según las leyes de ese mismo universo que debió existir una vez y volverá a existir -leyes, por su parte, que han hecho posible lo verdaderamente imposible, el surgimiento de la vida y nuestra evolución hasta hoy-; si bien aquello es importante, también, sería correcto hacer todo lo que esté a nuestro alcance para fomentar lo otro: todo lo que mantenga la cohesión interior de ese mundo nuestro tan frágil.

Resulta difícil -dicen los físicos- superar la fuerza inmensa con que las partículas vuelan desperdigadas por ahí. Solo si se consiguen disminuir esas fuerzas centrífugas, las partículas podrían iniciar una interacción y unirse. No sabemos cuál es esa fuerza que conduciría a la fusión de las partículas. La llamamos magnetismo, gravedad, atracción. En el caso de esa fuerza capaz de provocar la unión de dos partículas separadas, ha de ser algo derivado del propio movimiento de esas partículas, de sus vibraciones. Las vibraciones pueden columpiarse de manera recíproca. Los físicos lo llaman resonancia, y también lo denominan así los músicos, por cierto.

Cada vez que dos sistemas en vibración (ondas, partículas, células, organismos y también seres humanos) entran en resonancia mutua, se produce un acercamiento. Bajo determinadas condiciones, ese acercamiento que se repite una y otra vez a través de la resonancia puede alcanzar un punto en el que, de golpe, se rompan los límites de ambos sistemas. En adelante, las vibraciones continúan en armonía. El todo que surge de ahí es más que la suma de sus partes. Tiene cualidades propias y nuevas, y empieza a vibrar a un ritmo también propio y nuevo. La resonancia es el principio de nuestro mundo que media hacia la totalidad. “De ese modo -nos dice el biólogo molecular Friedrich Cramer-, puede describirse el cosmos como una interacción viva de sus partes en vibración, como una resonancia universal”.

Si reconocemos la tendencia de entrar en resonancia como un principio universal, entonces el amor es la expresión y el objetivo de ese principio.

GERALD HUTHER, NEUROBIÓLOGO

Meditaciones

Carta a un niño que va a nacer

A veces me he preguntado qué me habría gustado que me dijeran, antes de mi nacimiento, de este mundo en el que iba a ingresar. Por ello me propuse escribir una carta a un futuro ser humano.

Querida criatura que vas a nacer, Pronto empezará para ti una maravillosa y trágica experiencia.

Eres el fruto de una larga gestación que tiene lugar desde hace catorce mil millones de años. Todo comenzó bajo la deslumbrante luz de un gigantesco y tórrido espacio. No me preguntes lo que había antes de eso, pues no lo sé.

Gracias a choques entre galaxias, a explosiones de estrellas, a colisiones de asteroides, sobre un planeta tibio, nacerás y, tras una larga secuencia de apareamientos y de nacimientos de tus ancestros los animales, adquirirás tu fabuloso cerebro que te permitirá observar el mundo y hacer preguntas. Una multitud de pequeños espermatozoides van a ascender asaltando el vientre oscuro de tu madre. El ganador penetrará en su óvulo y tú entrarás en la existencia.

Estarás rodeado en tu estancia terrestre por una familia, amistades, más de siete mil millones de seres

humanos e incontables animales y plantas de todas las especies. Tendrás que compartir tu existencia con ellos. Ellos serán tus compañeros.

La duración de tu vida será, en el mejor de los casos, alrededor de un siglo, una duración ínfima con relación a la del universo.

Durante este tiempo, podrás explorar el mundo.

Contrariamente a las abejas, tu destino no estará escrito en tus genes, tendrás que decidirlo por ti mismo. Te tocará vivir, instruirte y hallar los medios para actuar con el fin de humanizar una humanidad que tanto lo necesita.

Tendrás la inmensa fortuna de entrar en contacto con el gran tesoro de la cultura humana, acumulada desde hace milenios: las obras de arte -la música, pintura, literatura- que han contribuido a embellecer nuestras vidas; las reflexiones de los filósofos y de los pensadores de todas las culturas que se han asomado a los misterios de nuestra existencia. Podrás adueñarte de este rico patrimonio, aprovecharlo; ayudar a protegerlo contra el olvido y tal vez incluso contribuir personalmente a él. Dejarás como herencia los frutos de tu actividad para quienes vengan detrás de ti a proseguir la gran aventura del universo.

Tendrás que hacer frente al ciclo de la vida humana, con sus momentos de gracia y sus crisis: “De vez en cuando, la tierra tiembla”, escribió el poeta Louis

Aragon.

Has de saber que en este mundo existe la maldad, la crueldad y el horror. Tal vez tengas que enfrentarte a ello. Rechaza obstinadamente ser partícipe de ello. Está en juego tu dignidad como ser humano. Haz de modo que se digan de ti estas palabras de Albert Camus: “Hay seres que justifican el mundo, que ayudan a vivir por su mera presencia”. Trata de estar a la altura de tu destino. Tu vida adquirirá así todo su sentido. Y tu hallarás en ello tu felicidad.

¿Hay que preservar la humanidad?

Hay que admitirlo: el hombre es digno de los calificativos más extremos. Por su capacidad de acción, se ha convertido en el principal agente de la transformación de la biosfera. Su llegada a algún lugar, durante sus migraciones en los milenios anteriores, suele hacerse notar por la eliminación de cantidades de especies frágiles, como los pájaros que anidan en el suelo. Y también de las más robustas: los mastodontes, los mamuts y los tigres de dientes de sable.

Surge una pregunta: ¿para qué salvar a la humanidad de los peligros a los que se expone a sí misma y a los que somete a las innumerables especies de plantas y animales que coexisten con ella en su

Cósmicas

planeta? ¿De verdad necesitaba la Tierra una especie que actualmente amenaza a otras especies que aparecieron millones de años antes que ella? Esa especie, la nuestra, ¿merece tanta consideración? ¿De verdad hay que librarla del destino que ella impone a tantas otras especies? ¿Por qué, como recomiendan algunos, no dejar que la situación se deteriore por sí sola hasta la eliminación de la especie que causa todos estos daños? Las ballenas y los elefantes que sobrevivieran dirían en su lenguaje: ¡Ufff! ¡Que los zurzan!

La naturaleza no deja residuos

Respirar, beber y comer son actos que realizamos a lo largo de toda nuestra existencia. A diferencia de los minerales, los organismos vivos no son autosuficientes. Para seguir existiendo, necesitan un aporte continuo de energía. Si no, mueren y se descomponen.

Respirar, beber y comer son los vectores que garantizan estos aportes. Se trata de extraer energía de algunas estructuras químicas y de rechazar luego la materia empobrecida. En la respiración, las moléculas de oxígeno de la atmósfera se transforman en gas carbónico expulsado al aire. Del

mismo modo, comemos alimentos de los que nuestro organismo solo retiene las sustancias útiles. El resto lo desechamos. Estos desechos son elementos esenciales de la actividad viva.

Los caballos comen heno y a continuación los pájaros se alimentan de su estiércol, del mismo modo que los insectos de la categoría de los escarabajos peloteros. Sus propios excrementos se acumulan y forman el humus fértil.

La naturaleza no deja residuos. Su secreto: lo recicla todo. La materia empobrecida que conforma los desechos de una especie contiene todavía lo necesario para saciar las necesidades de otra especie. El conjunto forma la secuencia de extracción de las energías que continúa hasta que se agota la energía disponible. Pero ¿quién recarga las pilas cuando la energía disponible se agota? Lo ha adivinado: el Sol por encima de nuestras cabezas, adorado por esta razón por los incas y por los egipcios antiguos. En la primavera siguiente, los caballos van a pastar la yerba que vuelve a crecer. El círculo se cierra y comienza un nuevo ciclo.

El reciclaje, repetido indefinidamente, es el secreto de la naturaleza para mantener la vida. Esta economía

llamada “circular” es una de las técnicas preconizadas para resolver los problemas medioambientales a los que nos enfrentamos.

Las estrellas son nuestras abuelas

Tal vez no lleguemos nunca a saber en qué momento los humanos empezaron a hacerse preguntas, a interrogarse acerca de esta inmensa bóveda celeste de la noche. A especular sobre las distancias que nos separan de esas estrellas y a la influencia que éstas podrían ejercer sobre nosotros.

Por supuesto, con sus horóscopos, los astrólogos siempre han tratado de leer en ellas presagios del futuro. Ahora sabemos que las estrellas nos hablan de nuestro pasado. Ése es el mensaje de la astronomía contemporánea. Los átomos que han fabricado en su corazón caliente son los ladrillos de los que estamos hechos. Las estrellas son de alguna manera nuestras lejanísimas abuelas.

Somos polvo de estrellas: ése es el hermoso mensaje de la astronomía contemporánea. Miles de investigadores han participado en su descubrimiento. ¡Démosles las gracias por ello!

HUBERT REEVES, ASTROFÍSICO

▶ David Novoa

A ti, Claudia Lüthi

Claudia Lüthi

*Y al hablarte a ti le hablamos a la Vida,
a la que, tras el umbral de las tinieblas,
reaparece porque es la Vida real,
la presente vida eterna.*

Te cuento, querida Claudia, que seguimos caminando las mismas calles donde la apatía y la inconsciencia campean entre la población: en nuestro entorno político, social, empresarial, nadie responde aún ante el reto de asumir la real situación ambiental. La frivolidad y la distracción -en la juventud- y el miedo y la codicia -en los adultos-, han hundido sus raíces hasta niveles profundos, y ya no se puede contar con una opinión despierta de las personas respecto a su propia realidad. Y esto que tanto advertías y criticabas, te cuento, ahora se ha hecho más fuerte, se ha enquistado en el subconsciente del país.

Te cuento que seguimos caminando por los cerros, observando el mar, la ciudad, y la expansión natural, desde lo alto, como un águila agradecida y perdida en la expansión de su mirada. Y pese al panorama amenazante, siempre hay una perspectiva donde permanece la belleza.

Y estamos contentos porque perseveramos en lo que tiempo atrás hacíamos donde nos encontrábamos contigo: disfrutar de cada instante, conectar con lo natural y ejercer el arte como una disciplina espiritual sin el dogmatismo de ninguna doctrina.

Y eso fue el germen de una consciencia que hoy vivimos con el cuerpo, con la mente, con la integración de todo nuestro Ser, y por consecuencia, con el ambiente. En él regamos lo mejor de nuestro aprendizaje: ideas que son semillas, acciones conscientes que son la luz de una antorcha en medio

de esta gran oscuridad, y proyectos educativos que se abren como caminos para ir seguros hacia nuestra propia transformación.

El Ojo Interior agradece tu luz personal, amiga, y honra la genuina conexión que establecimos a través de nuestras afinidades más profundas.

“Esta revista es para mí una clara señal de salud y excelencia”, dijiste públicamente de nuestra publicación la primera vez que la presentamos.

Si lo ha sido es gracias a las energías creativas que, como la tuya, nos llegaron desde distintos puntos del planeta.

Inculcar el sentimiento de unidad, el amor por la tierra y nuestra hermandad real con todo lo que nos rodea, había sido desde antes de *El Ojo Interior* parte de tu credo personal, Claudia.

Y la vida solo nos juntó.