coplanet
revista cultural de la redgfu-españa
primavera
2010
año VI
31

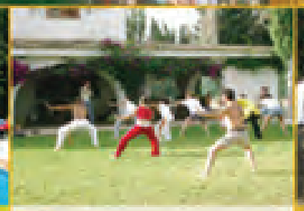
Entrevistas

Jorge Bucay

"El desafío de los próximos años, es que cada uno encuentre su esencia".

Artículos

- Arte murciano.
- Verdad y realidad.
- ¿Porque no caminamos a cuatro patas?
- La verdad eterna.



- Habitaciones de 4 plazas con baño o comunes.
- Zona de acampada.
- Comida ovolacteo-vegetariana
- Piscina
- Aulas

- Yoga
- Terapias alternativas
- Meditación
- Psicología humanista
- Ecología
- Senderismo

- Disponibilidad en cualquier época del año.
- Ideal para profesionales, grupos y colectivos

MADRID:
Km. 76 de la Carretera a Toledo.
SAN MARTÍN DE VALDEIGLESIAS
info@ashramgfu.com
www.ashramgfu.com
Información y Reservas :
Tel.: 918 610 064 - 629 760 947

MURCIA:
Ctra. de El Palmar-Mazarrón
La Costera, Los Ventorrillos 28-2
Alhama de Murcia
jardindealhama@centrosredgfumurcia.org
www.centrosredgfumurcia.org
Información y Reservas:
Tel.: 968 630 909 - 656 706 606

ASHRAM

El lugar idóneo para ahondar en los más sutiles aspectos de la naturaleza humana y trascendente.

RedGFU

“ Si los mataderos tuvieran paredes de cristal todos seriamos vegetarianos”
Paul McCartney

Edita:
RedGFU-España
C/ de la Cabeza, 15 2º izq.
28012 MADRID
Tel.: 91 528 49 54.

Dirección:
Fernando Alarcón H.

Coordinación:
Francisco Ponce
Joaquín Suárez V.

Consejo Editorial:
Paloma Zamora, Jota Ka,
Carlos Moises, Antonio Requena.

Administración y Publicidad:
Joaquín Suárez - T.: 653 246 812
jsuarezvera@yahoo.es

Redacción:
Jota Ka

Diseño Gráfico:
www.saocomunicacion.com

Imprime:
Gráficas Andemi s.l.
D.L.: M-9832-2004
Impreso en papel
Ecológico libre de cloro

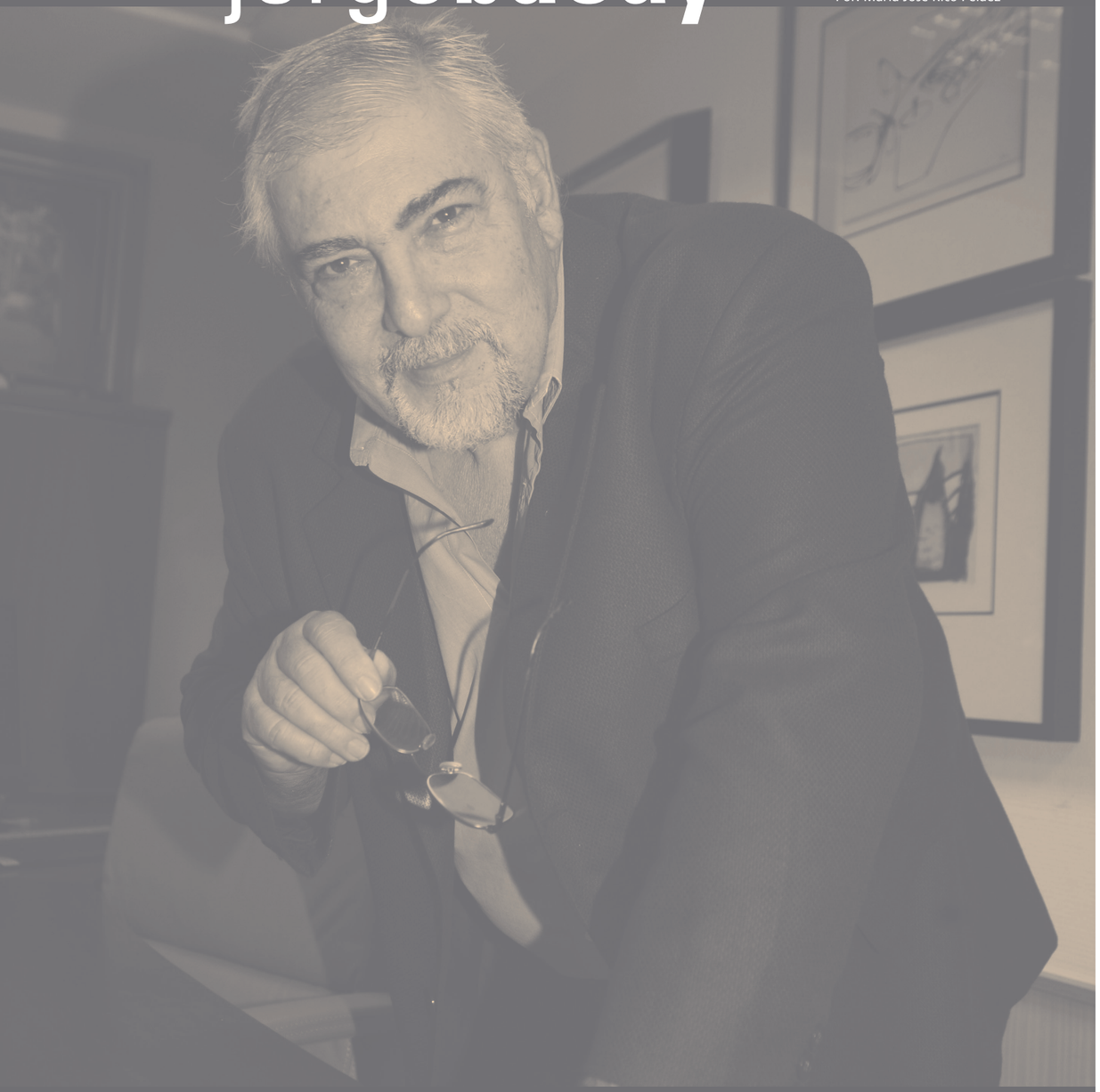
Índice

02 jorge bucay
06 arte murciano
10 el hombre nuevo frente al machismo sutil
12 verdad y realidad
14 ¿por que no caminamos a cuatro patas?
17 el principito
18 hildegarde de bingen
19 ninguna realicón termina por falta de amor
20 la verdad eterna
22 nos electrificamos
24 consuelda
25 poema
26 guía de centros / directorio

Empeñado en enseñar los caminos a la felicidad, Jorge Bucay se mantiene optimista a pesar de los males de la sociedad. Se autodefine como "ayudador profesional", y ha trabajado como médico de guardia, psiquiatra, coordinador de grupos, colaborador en medios de comunicación y psicoterapeuta de parejas y adultos.

jorge**bucay**

Por: Maria Jose Rico Pelaez



"Está habiendo un cambio en el mundo, el desafío de los próximos 20 años es que cada uno encuentre su esencia".

Jorge Bucay es un psicodramatista, terapeuta gestáltico y escritor argentino. Nació en Buenos Aires en 1949, en una familia modesta del barrio de Floresta. Se graduó como médico en 1973, en la Universidad de Buenos Aires, y se especializó en enfermedades mentales en el servicio de interconsulta del hospital Pirovano de Buenos Aires y en la clínica Santa Mónica.

Ha trabajado desde los trece años. En su camino de vida ha sido vendedor ambulante de calcetines, de libros, de ropa deportiva, agente de seguros, taxista, payaso, almacenero, educador, actor, médico de guardia, animador de fiestas infantiles, coordinador de grupos, colaborador de radio, conductor de televisión, y psicoterapeuta de parejas y adultos. Actualmente, su tarea como ayudador profesional, como él se define, se divide entre sus conferencias de docencia terapéutica, que dicta desde hace varios años viajando por el mundo, y la difusión de sus libros, herramientas terapéuticas según el autor.

Autor de Cartas para Claudia, Déjame que te cuente, Cuentos para pensar, Amarse con los ojos abiertos, 20 pasos hacia adelante y El candidato. Es autor también de cuatro libros que constituyen la serie Hojas de Ruta: El camino de la auto-dependencia, El camino del encuentro, El camino de las lágrimas y El camino de la felicidad. Sus obras se han convertido en bestsellers en México, Uruguay, Chile, Costa Rica, Venezuela, Puerto Rico y España, y han sido traducidas a diecisiete idiomas.

En 2005 fue acusado de que la quinta parte de su libro Shimriti, incluía pasajes copiados de un texto escrito por Mónica Cavallé. Jorge Bucay afirmo luego que fue "un error absolutamente involuntario" a la hora de citar las fuentes. Por este mismo hecho, dejó también de escribir en la revista Viva de Clarín.

También cuenta cuentos para adultos en su audiolibro El Juego de los cuentos, así como en su libro Déjame que te cuente.

Ha escrito El cochero con Marcos Aguinis y Todo no terminó con Silvia Salinas la que considera su alma de viaje.
Para jorge Bucay "Todos somos una obra de arte, sólo hay que mirar desde el lugar indicado".

¿Cómo empezó tu interés por la Psicología y la Psiquiatría?
Yo empecé estudiando medicina porque yo quería ser pediatra, esta era mi intención, quería trabajar con chicos.

Cuando empecé a cursar pediatría y empecé a ver que los niños enfermaban gravemente y se morían también a veces, empecé a pensar que no era para mi, que yo iba a poder aguantar. Y decidí entonces cambiarme a Psiquiatría infantil pensando entonces que por los menos los chicos no se morirían, pero para hacer Psiquiatría infantil había que hacer Psiquiatría de adultos primero, así que empecé a hacer Psiquiatría de adultos y me encantó, y me quedé allí.

¿Cuál ha sido tu trayectoria hasta alcanzar el estatus profesional que posees en la actualidad?
Trabajar, trabajar y trabajar. Estudiar y aprender, explorar. Y trabajar.

"No soy un fanático de Internet, solo es una herramienta y está a mi servicio. Internet sirve para escribir en cualquier parte del mundo y tener mi oficina viajando".

¿Qué ha significado para ti la publicación de tu primer libro "Cartas para Claudia", pasando por el polémico plagio de "Shimriti" hasta la última publicación "Seguir sin ti"?
Para cualquier autor publicar un libro es como tener un hijo, algo que sale de ti y que compartes con los demás, fue una emoción enorme y sobre todo una sorpresa. No sé de qué polémico plagio me hablas, lo que hubo es una maniobra publicitaria sin ninguna importancia. Polémicas hay alrededor de cada persona que tenga un poquito más de éxito del que se espera, y eso es normal. Si tú no has tenido polémica es porque no eres suficientemente famoso.

¿Te estás beneficiando de los tiempos que corren, de que cada vez hay más enfermedades mentales para escribir libros de autoayuda?
No, yo creo que nadie se puede beneficiar de eso, para mi es un dolor. Preferiría no vender ni un solo libro y que nadie más sufra de nada.

¿Cómo te consideras: médico especializado en enfermedades mentales o, mejor, como te defines, ayudador profesional?
Yo soy un ayudador profesional, el hecho de que sea médico es una gran ayuda para poder ayudar a los demás, pero yo no soy un médico en el sentido de que cura a otra gente porque la Psiquiatría lo que te puede es ayudar para que tu te cures.

“Hay algunos autores que me gustan y que tienen cosas muy buenas. Siempre digo que *El Alquimista* no me gusta, pero *La quinta montaña* de Coelho me parece un libro impresionantemente bello”.

¿En qué momento te encuentras contigo mismo?
Siempre me encuentro, nunca estoy desencontrado de mi.

De la magia de los cuentos a la tecnología, ¿eres un fanático de Internet?
No, fanático no, Internet es una herramienta y está a mi servicio. Ser fanático sería que yo estuviese al servicio de ella. Internet me sirve para escribir en cualquier parte del mundo y tener mi oficina viajando conmigo, pero no.

¿Crees que puede perjudicar al escritor y al libro en general?
Creo que va a ser dañoso económicamente para las editoriales el auge de los libros que se pueden leer por Internet, pero también va a hacer que las palabras escritas lleguen más lejos. Por un lado es bueno y por otro no, como siempre, dicen los sufis no importa de cuan edad sea la geta que siempre tiene dos caras.

¿Se considera un superventas?
No, superventas es otra cosa.

Algunos compañeros suyos dicen que la felicidad es un estado del ser y que se encuentra dentro de uno y no fuera, ¿estás de acuerdo?
Absolutamente.

En los tiempos que corren donde todo se está volviendo un caos, ¿realmente necesita el hombre aprender alguna lección?
Yo creo que siempre se necesita aprender una lección, y siempre todo se está volviendo un caos. De todas maneras, no todo se está convirtiendo en un caos, el amor sigue existiendo, hombres y mujeres siguen pariendo hijos, los hijos crecen, la humanidad está dando hoy un paso hacía atrás de esos que dan impulso, pero seguramente sea para mejor.

¿Ayudan sus cuentos a sanar la mente del ser?
No, ayudan a que las personas se ayuden a sanarse.

¿Cuál es tu escritor favorito de Autoayuda?
En principio “Autoayuda” es muchas cosas, es difícil saber qué es autoayuda, yo no escribo autoayuda, escribo reflexión, así que será difícil, pero hay algunos autores que me gustan y que tienen cosas muy buenas, siempre digo “a mi El Alquimista no me gusta, pero La quinta montaña de Coelho me parece un libro impresionantemente bello”.

¿Si te pregunto por el escritor Paulo Coelho?
Un tipo que escribe muy bien, que ha escrito libros que me han maravillado, hay algunos que no me gustan y otros que sí. Lo conozco personalmente y me parece un hombre que ha tenido una carrera muy interesante, y sobre todo merece el respeto de cualquiera, un tipo que ha escrito un libro, que aunque a mi no me guste, es uno de los 20 libros más vendidos de la historia de la humanidad, que es El Alquimista. Todos mis respetos.

¿Siempre han existido estos libros o es que la gente necesita leer este tipo de libro para sentirse mejor?
No, yo creo que antes no tenía consciencia de lo que le pasaba, siempre tenía que ver con lo que le pasaba con las circunstancias, con el señor feudal, con Dios, con el clima, con los astros...Ahora sabe que lo que le pasa tiene que ver con él, entonces necesita informarse de cómo hacer con eso.

“Estoy absolutamente de acuerdo con que la felicidad es un estado del ser y que se encuentra dentro de uno y no fuera”.

¿Consideras a Silvia Salinas tu compañera de viaje?
Sí, en muchas cosas, sabe mucho más que yo en muchas cosas, hacemos un buen tándem, escribimos muy bien juntos y además la quiero mucho, es una gran amiga.

¿Tu libro “Seguir sin ti” es un reflejo de la actual sociedad?
No, hacía falta de escribir sobre divorcios porque me parece que todo lo que hay escrito es más bien en idioma extranjero y habla de parejas que no son las nuestras. Es un libro escrito por un latinoamericano y una latinoamericana, alguien que vive en España y otra que nació en Uruguay, que es Silvia, y que hablamos de las cosas como nos pasan a nosotros los latinos.

¿Entendemos realmente de donde venimos o qué hacemos aquí y hacía donde vamos?
Si queremos sí. Tienes que quererlo, simplemente entenderlo no. Hay que ocuparse.

¿Qué es el amor?
Es la alegría que me da la existencia de la persona amada... Manda huevos (risas).

¿Cuál es tu cuento favorito?
Depende de las circunstancias, no hay un cuento favorito. De todas maneras, me acompaña desde que era pequeñito El sastrecillo valiente, que es una vieja fábula que a mi me encanta.

¿Cómo un argentino pasa a formar parte de un pueblecito llamado Nerja?
Porque descubre el paraíso y decide quedarse ahí.

¿Por qué crees que existe una tendencia a una mayor espiritualidad?
Porque creo que cuando uno se da cuenta de que en realidad no alcanza con el dinero, con las posesiones, con ser feliz, con tener lo que uno quiero, necesita otras cosas. Y esas otras cosas son el camino de la espiritualidad, no hay otra posibilidad.

¿Ves en otras personas este cambio?
Sí, hay un cambio en el mundo, el desafío de los próximos 20 años es éste, que cada uno encuentre su esencia.

¿Podríamos hablar de una nueva mentalidad en el hombre del siglo XXI?
Podríamos hablar de cualquier cosa, ahora que eso lleguemos a verlo, a producirlo o lleguemos a ser cómplices, la verdad que no lo sé. Me parece que el hombre evoluciona, y esto de jactarse de la nueva mentalidad del hombre del siglo XXI me parece un hecho vanidoso decirlo así. Me parece que el hombre evoluciona, como puede, dando tumbos, a veces retrocediendo y avanzando después. El hombre evoluciona y yo soy optimista en cuanto a su evolución, aunque a veces hacemos muchas cosas malas y feas.

¿Alguna guía para seguir?
Querer seguir, mirarse, mirar, aprender, ser humilde, saber responder a las tres preguntas: quién soy, a dónde voy y con quién.

¿Has tenido algún guía?
Sí, muchos, maestros impresionantes. Desde maestros que sabían mucho más que yo, hasta maestros que sabían aparentemente mucho menos que yo y que me enseñaron mucho, dos de ellos, mis hijos. ■

artemurciano

inspiración sin límites

arte transpersonal

¿De dónde viene la inspiración? ¿De dónde nace una creación para materializarse en este plano físico? Cuando nos ponemos, por ejemplo, frente a un papel en blanco, se nos abre un mundo de infinitas posibilidades para ser expresadas. Pero, ¿de dónde emana?.

Para entender esto primero debemos saber los sectores de los que se compone la mente: el consciente, el subconsciente, y el supraconsciente. El consciente representa una pequeñísima porción de la mente. Es nuestra noción de presencia, y es la mente por la cual también podremos acceder a los otros dos sectores. El subconsciente representa ese gran mundo de imágenes, de ideas, de actitudes, de fuerzas que hay en mí procedentes del pasado. Es como nuestro disco duro en el que todo queda registrado. Y por último, el supraconsciente, que es aquel sector de la mente de donde proviene la intuición; es el sector que accede a la mente universal, a la fuente de todo. Por lo tanto, a través de nuestra mente consciente accederemos a información que proviene del subconsciente o del supraconsciente.

La creación del subconsciente siempre consiste en una combinación nueva de elementos viejos, para dar origen a algo que ya estaba implícito en los datos. El ejemplo típico de esto lo tenemos en los sueños. ¿Cómo se construye un sueño? Un sueño se construye siempre con material que ha entrado previamente por los sentidos; ahora bien, este material se combina de una manera diferente y entonces uno puede tener sueños fantásticos donde salen personajes extraordinarios. Pero si lo examinamos bien veremos que todos los elementos que integran esta fantasía son elementos previamente conocidos, quizá remotamente, pero que ya estaban dentro. El arte es una creación, pero en muchas ocasiones no tiene un carácter de creación genuina, de creación superior. Esto lo podemos ver casi en la mayoría de las obras de arte que no son nada más que combinaciones de fuerzas del inconsciente, o una proyección de estas mismas fuerzas y de su juego interior, al cual de una manera u otra se intenta dar expresión.

En cambio, cuando la fuerza creadora procede del supraconsciente, cuando no es producto de este libre juego de la parte inferior, sino de la parte superior, entonces tenemos la auténtica inspiración. La auténtica inspiración representa siempre la aportación de algo realmente nuevo, no solamente en cuanto a lenguaje o en cuanto a forma, sino sobre todo en cuanto a contenido y significación. El modo de acceder al supraconsciente es a través del silencio y la meditación. La clave está en abandonarse a la energía que alimenta el nacimiento de todas las cosas. Esta energía no tiene forma ni estructura y aun así todas las formas y estructuras surgen de ella. Es como conectarse a internet, entramos en un mundo donde podemos acceder a información nunca antes ni siquiera imaginada. De la misma forma, podemos conectar nuestra mente individual con ese ciberespacio cuántico de infinitas posibilidades que bien pudiéramos llamar mente universal, para obtener una "información" la cual pudiéramos optar por materializar en el plano físico. A esta opción, en términos internautas, le llamamos "descargar". Cuando accedemos a la mente universal, podemos "descargar" tal magnitud de ideas y formas, que no importa qué aspecto particular tome tu creatividad; puede consistir en pintar o cantar, en hacer un jardín o preparar una comida. El verdadero asunto consiste en estar abierto a lo que quiere ser expresado a través de ti.

Ivan Vilches

La obra de Iván Vilches emana de un estado de silencio y meditación, donde entramos en contacto con nuestra esencia haciendo brotar la inspiración, esa fuerza que disuelve el espejismo en el campo de la materia.

Con esas llaves del reino interior abrimos las puertas de un arte que transciende la mente, el yo, la personalidad, en definitiva el ego, alcanzando posibilidades de percepción y concepción de orden universal. Desde ese campo de infinitas posibilidades, conectando con la mente universal a través de nuestra mente supraconsciente, podemos transmutar la energía de lo etéreo en formas materiales. Damos forma a lo no forma, de un modo impersonal. Por ello hemos de ser conscientes que no poseemos nuestras creaciones, no nos pertenecen. Porque no son personales, emanan de la sabiduría transpersonal, de la mente universal, de mi comunión espiritual más allá de la unidad del ego. Por eso, lo importante de cualquier obra de arte no es la obra de arte en sí, sino poder contemplar la belleza de esa obra que no es más que un reflejo de la belleza que nosotros somos. En el fondo, nos vivenciamos a través del arte.

El reflejo final de las obras de Iván Vilches son esculturas de pared, relieves naturales, ya que están hechos con materiales de la madre tierra como piedras naturales y metales. Es una obra muy decorativa y original que encaja en cualquier tipo de ambiente que se le quiera dar un toque especial. ■

usura solidaria

Usura. Definición según el diccionario de la Real academia Española. *Ganancia, fruto, utilidad o aumento que se saca de algo, especialmente cuando es excesivo.*

Solidaria. Definición según el diccionario de la Real academia Española. *Se dice de las obligaciones contraídas in sólidum y de las personas que las contraen.*

Estamos en un estado de perplejidad y pesadumbre generalizada, e instalados en la búsqueda de culpables, alguien debe ser el responsable de la desaparición inesperada de "El Dorado". Todo era posible y fácil; fundamentalmente consistía en vivir como ricos; aunque tuviésemos que vender el alma al mismísimo diablo, disfrazado del bien consumible que fuese.

Pepe Leal

Así, instalados en un modelo único de sociedad, fundamentada en unos medios publicitarios potentísimos, una facilidad pasmosa para acceder al crédito y unos bienes de consumo diseñados para durar lo justo, fuimos cayendo en la rueda de la fortuna ajena. El sueño consistía en producir sin mesura, consumir sin control y todo con una tendencia al infinito, como si las materias primas, los recursos energéticos y el medio ambiente, no importaran en esa absurda ecuación, fundamentada en el enriquecimiento usurero de algunos y la ausencia de la solidaridad; por no ser rentables aquellos que no formaban parte del engranaje. El mirar hacia otro lado, fue una pandemia de tal calado; que ni uno sólo de los expertos que se supone, saben de estas cosas que tienen que ver con la economía, la fiscalidad, el crecimiento, la recesión y el PIB, fueron capaces de advertirlo o en caso de haberlo hecho lo dijeron tan bajo y a destiempo; que lo dicho, todos perplejos y vuelta a mirar para otro lado tal y como hacíamos de críos cuando cometíamos una pifia, yo no estaba, no he visto nada o no me he dado cuenta.

"Se trata de vivir con lo que disponemos, no entrar en la rueda de las necesidades que nos crean artificialmente para lucrarse a costa de la mayoría silenciosa".

La usura de nuestro modelo de vida ha permitido y lo sigue permitiendo, que unos privilegiados hayamos vivido a pleno confort a cambio de disponer de los recursos y materias primas del llamado tercer mundo. A cambio, como fariseos a la antigua usanza nos ponemos cruces de solidaridad para justificar nunca he sabido qué y para aparentar tampoco he sabido para qué.

Y llegados a este punto, donde el paro nos agobia, no podemos pagar las hipotecas, ni las reparaciones de los coches y el mes; se hace eterno, seguimos sin encontrar remedio al problema. Tan difícil resulta pararse y pensar que simplemente deberíamos consumir menos agua, electricidad y bienes prescindibles, producir menos basura, reciclar ropa y vasijas y poner en práctica lo que no hace tanto tiempo hacían nuestros abuelos y padres, y con toda la dignidad y respeto del mundo, sabéis por qué, porque estaríamos empezando a ser solidarios con los más desfavorecidos, con el medio ambiente y no permitiríamos que alegremente y con total descaro los usureros siguieran prosperando.

Se trata de vivir con lo que disponemos, no entrar en la rueda de las necesidades que nos crean artificialmente para lucrarse a costa de la mayoría silenciosa. Consumamos menos, que en algún momento dejarán de producir por producir. Compartamos el trabajo, relacionémonos; aprovechando que tenemos raciocinio. En definitiva, no vive mejor el que más tiene; sino el que menos necesita. ■

anfora

Nací en la era del aire,
bien abrazado al lomo de su alado
diapasón. Mensajera, vaticinio
de fulgores y fracasos,
paso a paso labré los años
que escalaban su entraña,
arañando con mi espíritu
su condición, desplegado espejo
de la mía. Ante el miedo cerval,
paralizado, me adentré
por el pasaje de los sueños y caminé
entre las tinieblas, pero no supe
discernir el arrojo temerario
del valor, y deambulé
por corredores taciturnos, sumido
en la tortura de olvidarme.
Horadé la roca prieta
y me hundí en la salada orilla,
esperando la cálida estación
en que afloraba el cristalino amparo
de mi edad primera, y del adolescente
que olvidó las calles de su cuerpo
y sobrevivió afinando melodías.
Se irguió entonces la morada
donde la quimera es manantial
de versos. La música abrió el arco
del compás y emergió la ebriedad
del verde, y del azul, la unción
audaz. Así aprendí a ser uno
y distinto en la tibia juventud,
a palpar el tiempo que exhibió
su aliada faz. Siempre fueron arduos
los comienzos, mas la constancia aclimató
especies trasplantadas de otros reinos.

Mis pródigos deseos multiplicaron la canasta
viva de los peces, para perpetuarse
en las generaciones que vendrían.
En medio de resinas y de sueños,
la violencia me obligó a descabalgar
cuando estaba próximo a vencer,
aherrojado a la extrañeza
y cercano a su rara majestad.
Alguna vez mis dones fueron
del signo diamantino de las brisas,
lacrado en la oda donde la belleza
es la bondad. ¡Cuántas
fueron las escaramuzas dictadas
por la insania o la falsía!
Derramé las aguas que alumbró el silencio.
En el tránsito implacable
de las constelaciones,
en la membrana de sus oscilaciones,
me reflejaba. Fui testigo y cómplice,
abogado de todos los diablos conocidos,
y a desconocidos dioses
puse velas para cuando otro sol
los cobijara. Cuanto quise, fue materia,
halló espacio cuanto imaginaba.
Ni reo ni verdugo, conjuré las luces
de la creación al reunir las harmonías
que hermanaban los siglos y las horas.
De su soplo arranqué el verbo
y esperé que lo cubriera el liquen
de los bosques. Y antes de languidecer,
descansé sin turbación bajo el ánfora
de abiertos labios que anunció
la oración del porvenir, derramándose
en sus versos. Rimando con sus días.

Vicente Cervera

el hombre nuevo frente al machismo sutil

A casi ningún hombre le gusta que le llamen machista. Los machistas siempre son los otros. Los maltratadores también. Parece que sólo son los que aparecen en los periódicos, por las comisarías esposados o por los tribunales de justicia. Pero ni están todos los que son, ni son todos los que están. En el fuero interno, sin embargo, a pocos les molesta que les consideren "muy machos". Y aquí empiezan las contradicciones.

La masculinidad y las relaciones entre hombres y mujeres no son temas abstractos. Son realidades cercanas, que tocan fibras muy sensibles. Lo más fácil es caer en generalizaciones o adoptar posiciones extremas. Sin reflexión, sin matizaciones. Y lo que es más importante, sin darnos cuenta de que detrás de cada afirmación

Alfonso Colodrón

alfonso@interser.e.telefonica.net

o negación contundente suele haber algo que defender. Abrirse a algo nuevo, distinto, dejarse penetrar por "el otro", abrir rendijas y poros puede poner en riesgo nuestra zona de seguridad, nuestra visión del mundo y nuestra forma de actuar cotidiana.

Es difícil en tres folios resumir y hacer comprensibles asuntos complejos, y hoy día en carne viva, por la llamada "violencia de género" y por el retraso de resultados prácticos en las "políticas de igualdad". Pero, a grandes retos, nuevos recursos: me atreveré a saltar de lo general a lo particular, y viceversa, aun a riesgo de resultar polémico por no poder ofrecer todos los datos ni expresar todos los matices.

Los últimos estudios de antropología centrados en los hombres como género subrayan la importancia de las relaciones masculino-femenino en la construcción que los hombres hacen de su propia identidad: la masculinidad es cualquier cosa que no sean las mujeres. Y esto es extensivo a muchas culturas y a muchas épocas históricas. *"Los varones aprenden antes lo que no deben hacer o ser para lograr la masculinidad que lo que deben hacer o ser. Hacer valer la identidad masculina es, ante todo, convencerse y convencer a los demás de tres cosas: que no se es bebé, que no se es homosexual y, principalmente, que no se es mujer; algo que no ocurre del mismo modo en el caso de las mujeres. Y ello se hace patente, por ejemplo, en las investigaciones antropológicas realizadas en sociedades preindustriales sobre los ritos de iniciación a la masculinidad, como ocurre, por ejemplo, con la efectuada por Gilbert Herdt sobre los sambia de Nueva Guinea"*. (María Isabel Jociles, "Estudio sobre las masculinidades", Gaceta de Antropología, nº 17, 2001).

Otra característica importante y bastante generalizada a lo largo de la historia y a través de muy diversas culturas y civilizaciones es la creación de vínculos masculinos y de lugares y ocasiones en que quedan excluidas las mujeres. Se ha pretendido vincular esta necesidad a la necesidad de protección y solidaridad durante los muchos milenios en que el hombre fue cazador y guerrero. De este modo, quedan también justificadas, como herencia a través de los genes masculinos, las tendencias a la agresión, la competitividad, el poder político, la jerarquía y la promiscuidad. De aquí, a justificar por qué la relación sexual para el hombre es un acto de posesión y dominación en todas las culturas y en todos los tiempos, sólo hay un paso. Y así, muchos estudiosos, fundamentalmente hombres, apelan a la biología y a la historia para llenar el vacío que dejó la religión para justificar la supremacía del patriarcado.

El Patriarcado es una forma de organización política, económica, religiosa y social basada en la idea de autoridad y liderazgo del varón, en la que se da el predominio de los hombres sobre las mujeres, el marido sobre la esposa, del padre sobre la madre y los hijos e hijas, y de la línea de descendencia paterna sobre la materna. La aparición histórica de las grandes religiones monoteístas –judaísmo, cristianismo e islam- coinciden con la desaparición de algunas características del matriarcado primitivo que se habían mantenido en los inicios de la Historia. El feudalismo en Europa contribuyó a asentar el patriarcado durante toda la Edad Media. Los señores feudales y la Iglesia controlaban una gran parte de la vida privada y familiar. Y el Renacimiento y la Ilustración beneficiaron fundamentalmente a los varones. Un ejemplo: durante la Revolución francesa, Olympia de Gouges fue decapitada por reclamar los mismos derechos de ciudadanía para las mujeres, a las que se impedía el acceso a la Universidad y el ejercicio de profesiones como la medicina (que en la Edad Media, al menos habían ejercido como curanderas).

> "El concepto de virilidad sigue muy unido al del honor y el linaje, frente al de la virginidad en la mujer".

En el siglo XIX, en los inicios de la revolución industrial, la burguesía triunfante adjudicó a la mujer el papel de madre y esposa, mantenedora del hogar. O se era eso, o monja o prostituta. En cualquiera de los tres casos, siempre había varones por encima. Y de aquellos polvos, estos lodos. En pleno siglo XXI, a pesar del acceso de la mujer a casi todas las profesiones y trabajos (hablamos de Occidente, porque no es así para al menos tres quintos de las mujeres del mundo), en el inconsciente colectivo quedan grabados siglos de historia: el concepto, por ejemplo, de virilidad sigue muy unido al del honor y el linaje, frente al de "virginidad en la mujer". Y la violencia y los crímenes ejercidos en aras de estos principios son sólo la punta del iceberg de una violencia simbólica y estructural transmitida como "inadvertido cultural" a través de la filosofía, los mitos, las religiones, e incluso la ciencia.

Esta violencia o dominación es lo que el psicoterapeuta Luis Bonino, especializado en relaciones de género, llama "micromachismos", actos y actitudes de machismo sutil. Creo que no son exclusivos de los hombres, aunque sí más frecuentes y generalizados. Pueden ir desde el insulto, la amenaza y la intimidación, hasta el hacerse el incompetente y evitar toda intimidad con el pretexto de falta de tiempo, pasando por el silencio hostil, la pasividad en cualquier tarea doméstica y la falta de reconocimiento a cualquier cosa que haga la pareja. ¿Quién puede poner la mano en el fuego y negar haberlos ejercido en alguna ocasión?.

Ante este panorama, una minoría de hombres nos agrupamos, no ya para criticar a las mujeres ni defendernos de ellas, sino para reflexionar sobre qué significa ser hombre en la sociedad actual, tomar conciencia de los patrones heredados y que no funcionan personal ni socialmente. El objetivo: provocar un cambio social a partir de transformaciones personales reales, o al revés, que viene a ser lo mismo. Y esto, porque nos hemos dado paulatinamente cuenta de que muchos de nuestros problemas e inquietudes tienen el mismo origen que las que acucian a las mujeres: el actual paradigma sexista. Y es sólo desde esta posición, la de caminar sobre el filo de la navaja discriminando en cada momento y ante cada situación, como podemos acercarnos a la verdad. No a una verdad ideológica previa, sino a una verdad destruida y reconstruida día a día, con datos reales, con una actitud de imparcialidad y honestidad. La meta final no sería sólo crear una sociedad en la que no quepa ninguna violencia de género, sino una sociedad de mutua comprensión, aceptación, colaboración y amor entre mujeres y hombres.

Y para ello hay que ser políticamente incorrectos: proteger a la parte más débil, la que mayoritariamente es víctima de la violencia física, las mujeres, no debería significar desproteger al inocente, como al hombre de Sevilla, que pasó once meses en prisión por una falsa acusación de malos tratos, o a un amigo que pasó la noche en comisaría, porque su ex le acusó de haber pegado a los hijos, sabiendo que ellos se habían pegado entre sí. La ex perdió el juicio al año siguiente. Pero, ¿y los meses transcurridos bajo sospecha, las continuas citaciones judiciales, la paralización del régimen de visitas… la angustia de la duda ante qué tipo de sensibilidad tendrá el juez de turno y a quién podría creer?

Y también es políticamente incorrecto afirmar la existencia del SAP (síndrome de alienación parental), pero existe: uno de los progenitores separados –con más frecuencia la mujer, por ser más normal que se le conceda la custodia- influye en los propios hijos para predisponerlos contra el otro. Conozco dos casos muy cercanos: uno de un exmarido, otro de una exesposa. El problema real lo sufren los hijos. Pero muchos jueces jóvenes, según me cuenta un magistrado veterano, se andan con pies de plomo cuando quien acusa es la mujer, sobre todo si son varones, por si son acusados de machistas o de poner trabas a la aplicación de la legislación sobre violencia de género.

Y cuando no nos dejamos llevar por la indignación, por la pasión, ni por nuestros propios intereses, sería maravilloso que los hombres, incluso los hombres heridos o que fueron acusados injustamente, pudiéramos escribir algo tan hermoso, en homenaje a las mujeres, como escribió Maruja Torres, en homenaje a los hombres (El País, 26-11-09), "De todos los hombres que haya en mi vida, ninguno será más que yo".

Aproveché el Día Internacional contra la Violencia de Género para reflexionar acerca de los hombres de mi vida que ni son ni han sido más ni menos que yo, y que me han ayudado a ser y a estar. […]Al hombre que me enseñó a leer y escribir, meciéndome en sus rodillas. [...] Al hombre que me acompañó durante diez años, mientras los dos crecíamos sin hacernos más daño que el de los estiramientos rápidos. Al hombre que me dio trabajo diciéndome que yo valía. [...]

Al hombre que vino a mi casa la noche después de aquella en que fui violada, y me hizo el amor con toda la ternura necesaria para que no repercutiera en mí ese involuntario contacto con uno que era menos que cero. […] De estos hombres muchos están muertos y otros me sobrevivirán. Pero en este corazón tienen su sitio, y ninguno ha dejado de entibiarme la vida durante un solo día.

Va por ellos. Va por vosotros. ■

verdad y realidad

El Samkhya, una de las más antiguas de las tradiciones filosóficas conocidas, propone una concepción dualista de la Vida. Señala que existen dos principios eternales que coexisten. Purusha, reconocido como Aquello, el Ser, lo Esencial, la Verdad y Prakriti, la manifestación, la naturaleza, la presencia, la realidad. En el Samkhya, Purusha y Prakriti configuran una dualidad eterna e infinita, en la cual la primera es inmutable, carente de atributos, Verdad o Luz ausente de realidad como diría el MAESTRO José Marcelli; la segunda es la mutabilidad, el cambio permanente, las formas que se forman, destruyen y reconstruyen en el tiempo, la Realidad, en sí misma dual y relativa.

El ser humano se encuentra sumergido en la dualidad Purusha – Prakriti o Verdad – Realidad, pero su consciencia ordinaria solo le permite reconocer la Realidad y presentir la Verdad. Esta consciencia ordinaria o mente deliberativa como le llaman algunos sicólogos evolucionistas, es producto del desarrollo de un ego o yo inferior a través del cual el ser humano se reconoce en la Realidad, dándose cuenta de su incapacidad natural de explicar y comprender dicha realidad. Este yo inferior se confunde en la relatividad de la Realidad, no puede entender por qué ocurren los fenómenos naturales, sus significados se le escapan.

H.G. Gerardo Motoa

Motivado por la incapacidad primaria de explicarse la Realidad, el ser humano en su expresión de yo inferior, se inventa la religión y descubre la ciencia , creando una visión de la Vida fuertemente antagónica; la religión a través de la fe, creencias y dogmas se ocupa de la Verdad y a partir de ella pretende darle significado a la realidad; la ciencia, por lo menos la llamada fáctica, se interesa solo por el orden objetivo de la Realidad sin mayor motivación por profundizar en la Verdad (como Potencial puro, eterno e infinito), dada la imposibilidad de modelarla racionalmente y comprobarla empíricamente, enfoque propio a lo que se conoce como método científico.

El antagonismo entre religión y ciencia originado en sus particulares y específicos objetos de interés y métodos de trabajo, ha generado mucha confusión en el ser humano sobre la dualidad Verdad – Realidad. Las explicaciones que la religión en general ha ofrecido sobre la Realidad cada vez son más cuestionadas y desacreditadas por la ciencia. La ciencia, por su parte, está encadenada a su método científico de investigar la Realidad objetiva alejándose de cualquier interés por investigar la Verdad o pregonando que está solo es un producto y no origen de la Vida. Este escenario no le ofrece al ser humano algo que le muestre sentido a su existencia y que le permita resolver la Realidad evitando la angustia de existir y no saber por qué sin caer en posturas radicales muy propias a la ciencia y a la religión.

Se ha pretendido históricamente resolver el molesto antagonismo entre la religión y la ciencia conciliando sus propuestas, pero el problema realmente está en sus objetos y métodos de trabajo, como ya se mencionó. Tal vez sea ya el momento de explorar nuevos modelos sobre la Vida que de paso resuelvan este enfrentamiento estéril.

En una aproximación inicial es factible estar de acuerdo con que la realidad (o naturaleza en todas sus posibilidades incluida la humana) implica un cierto orden generado por leyes y principios. Este orden tiene dos grandes expresiones: una explícita, objetiva, cuantificable y otra implícita, subjetiva, en mucho cualitativa. Por ejemplo, en lo humano, el orden explicito nos muestra un cuerpo físico, un cuerpo energético y un cuerpo mental que interactúan afectándose entre ellos. A su vez, el orden implícito se manifiesta como un principio de identidad que expresa de manera particular, única e irrepetible, tal simbiosis física, energética y mental.

Hasta ahora la ciencia se ha ocupado del orden explícito, buscando modelarlo y comprenderlo. La ciencia moderna ha avanzado notablemente en desentrañar muchos de los misterios con relación al orden explícito que hasta hace poco eran campo de especulación y superchería. Pero esa misma ciencia moderna desconoce por incapacidad real de modelarlo, el orden implícito de la Realidad y es allí donde surge la espiritualidad, opuesta y complementaria a la ciencia.

"Un ser humano a través de la consciencia o de la fe puede desarrollar la voluntad que le permite liberarse de los deseos, los apegos y su propio intelecto".

La espiritualidad le permite a un ser humano dejar de vivir identidades fabricadas por una sociedad que le manipula a través de prejuicios, creencias y condicionamientos (zodiaco mental). La liberación o por lo menos el compromiso vivo de liberarse de esas taras o pesos muertos, es lo que hace que el yo inferior deje de estarse identificando o reconociendo en los ordenes artificiales creados por la sociedad humana y por el contrario, se descubra en el orden implícito, místico o arcano, que le da sentido a la Realidad. La asimilación de ese orden implícito de la Realidad por el yo inferior, le saca de la condición de animal racional dejando consecuentemente de estar sometido a un instinto deformado por la racionalidad y le da la capacidad de señorear dicha realidad. Deja de ser gobernado por la realidad y se convierte en su gobernante. Deja de estar al servicio de la realidad y por el contrario, la pone a su servicio.

"La espiritualidad le permite a un ser humano dejar de vivir identidades fabricadas por una sociedad que le manipula a través de prejuicios, creencias y condicionamientos".

Pero para encontrar la Verdad, el Potencial del cual emana inteligentemente el orden de la realidad, no es suficiente con descubrir dicho orden en sus sentidos explícito e implícito. Ya no es suficiente con la espiritualidad y la ciencia. Se requieren nuevas forma de consciencia: un Yo superior, necesario para trascender la realidad y un Yo Esencial producto del sutil encuentro consciente con esa Verdad o Potencial o Ser. Para reconocer la Verdad no solo se requiere gobernar la realidad a través del yo inferior, sino trascenderla con un Yo superior y reconocerse como parte del Potencial puro, eterno e infinito a través de un Yo Esencial.

Poner en marcha un Yo Superior corresponde al proceso de desarrollo de la voluntad como lo propone Gurdieff. Y el ser humano tiene dos caminos para desarrollar la voluntad que le permite manejar sus deseos, apegos e intelecto que son los que impiden que surja ese Yo superior: la Iniciación y la Religión . El camino de la consciencia, el primero y el camino de la fe, el segundo. Ambos caminos apoyados en la espiritualidad, porque intentar el camino de la Iniciación sin vivir la espiritualidad o vivencia del orden implícito y gobierno de la realidad, suele ser un esfuerzo vano que termina en clubes de esoteristas o cómplices sociales e intentar el camino de la Religión sin una base espiritual lleva inexorablemente a las morbosidades ya conocidas generadas por los religiosos de todos los tiempos.

Un ser humano a través de la consciencia o de la fe puede desarrollar la voluntad que le permite liberarse de los deseos, los apegos y su propio intelecto, manifestando un Yo superior mediante el cual trasciende la realidad o como se enseña tradicionalmente: saca la cabeza de las aguas. Cuando el yo inferior es disfuncional o ausente de espiritualidad, vive la Realidad como aguas turbias y se pierde en ellas. El yo inferior funcional, liberado de prejuicios, condicionamientos y creencias a través de una vivencia espiritual de la vida, sigue sumergido en las aguas, pero estas ya no le resultan turbias; sabe moverse en ellas con claridad y por eso las gobierna. El Yo superior, al no estar limitado por los deseos, apegos y condicionamientos, permite sacar la cabeza de las aguas que por más limpias que sean siguen siendo aguas.

Tanto en Iniciación como en Religión hay un momento en el que al candidato se le proponen unas pruebas como las llamaba el MAESTRO Estrada o normas como las llama el MAESTRO Marcelli o votos como las suelen llamar los religiosos. En cualquier caso, las pruebas o normas o votos, están allí para comprobar si el candidato ya no está sujeto a sus deseos, apegos o intelecto y por lo tanto cuenta con un Yo superior que le permita trascender la realidad o simplemente no estar ya sujeta a ella ni a las circunstancias que la conforman.

"A este Yo Esencial nos lleva un solo camino que requiere de la consciencia y de la fe".

Lo que sigue es el descubrimiento de una Consciencia o Yo Esencial o identidad profunda o reconocimiento en el Potencial Puro eterno e infinito que sustenta al universo entero. A este Yo Esencial nos lleva un solo camino que requiere de la consciencia y de la fe. El Gran Sendero como lo suelen llamar algunos MAESTROS. Es poco lo que se puede decir al respecto excepto por aquello de que significa nacer de nuevo en Espíritu y en Verdad o vivir en AUM TAT SAT. ■

¿porque no caminamos a cuatro patas?

En una edición especial de la revista Science, en octubre de 2009, por primera vez un equipo internacional de científicos ha descrito minuciosamente a Ardipithecus ramidus, una especie homínida que vivió hace 4.4 millones de años en lo que hoy es Etiopía. Este paquete de investigación ofrece la primera descripción comprehensiva y revisada en forma colegiada de los fósiles de Ardipithecus, los cuales incluyen el esqueleto parcial de una hembra, llamada Ardi.

Así Ardipithecus es más de un millón de años más antiguo que Lucy, el esqueleto parcial femenino de Australopithecus afarensis. Ardi es nuestro más antiguo ancestro bípedo.

Juan y Javier Falgueras

jfalgueras@uma.es

En 2001 se encontró lo que hasta ahora es el homínido más antiguo, con 7 millones de años, "Toumaï, (Sahelanthropus tchadensis) el homínido más antiguo conocido, puede ser considerado el antecesor de todos los homínidos posteriores, es decir, el ancestro del linaje humano", según Michael Brunet

Pero de Toumaï se ha encontrado sólo el cráneo, dos fragmentos de mandíbula inferior y tres dientes aislados, por lo que no están claras sus características evolutivas.

De Ardi se han podido, tras 17 años de estudio, determinar muchas más características evolutivas. Una de las evidencias cruciales que muestran que el homínido habitaba en una zona boscosa, es el resultado del análisis de los isótopos de carbono en el suelo y en los dientes del Ardipithecus y de otros animales que vivieron aproximadamente en el mismo momento y lugar. Esta evidencia, y los estudios anatómicos que indican que el Ardipithecus podía caminar erguido, pero también se aferraba a las ramas de los árboles con sus pies, sugiere que este arcaico homínido dio sus primeros pasos sobre dos piernas en la selva, mucho antes de que se aventurase, a gran distancia, dentro de la sabana abierta.

"El homínido mas antiguo, con 7 millones de años, es el Toumaï."

También por el fémur de un homínido hallado en Kenia en el año 2000, perteneciente a una especie bautizada como 'Orrorin tugenensis', que vivió hace 6 millones de años, sabemos que se desplazaba usando solo sus dos pies, o por lo menos, esa es la conclusión a la que llegaron sus descubridores, la paleoantropóloga francesa Brigitte Senut y el inglés Martin Pickford, y, posteriormente, en el año 2003, después de tres años de su descubrimiento, el paleoantropólogo Brian Richmond, de la Universidad de George Washington, y su colega William Junkers, que tras un concienzudo análisis no dejaron lugar a dudas: la estructura ósea de 'Orrorin' le permitía caminar erguido.

La morfología de los Orrorin era notablemente similar a la de los actuales chimpancés, pero con esa importante diferencia: la longitud y forma del húmero y del fémur, así como la disposición de la articulación con la pelvis, evidencian que estos homínidos estaban capacitados para la bipedestación. También era muy similar a la rama de los australopitecos, que surgieron dos millones de años después.

Otra característica morfológica muy interesante es su dentadura: con caninos pequeños y molares bastante grandes, se deduce que estos primates tenían una dieta principalmente herbívora y frugívora, aunque es muy probable que fueran omnívoros y obtuvieran sus proteínas alimentándose también de insectos.

El género Orrorin es, posiblemente, uno de los eslabones que ha derivado en el ser humano actual (Homo sapiens), y se considera también posible que sea descendiente directo del Sahelanthropus tchadiensis y ancestro directo del Ardipithecus.

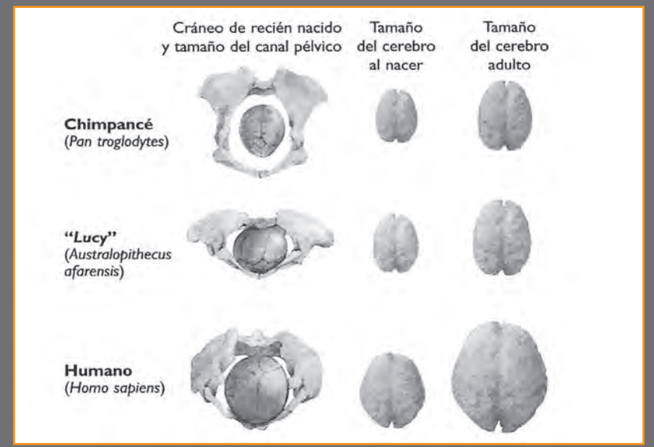
Para la mayoría de los investigadores, al final de la Era Miocena (hace entre 24 y 5 millones de años) el clima en África sufrió sequías esporádicas que hicieron el bosque desigual, por lo que comenzó a haber brechas en las alturas que no se podían cruzar. Fue entonces cuando los antepasados de chimpancés y gorilas bajaron al suelo para ir de un árbol a otro y desarrollaron su andar con los nudillos. Por su parte, los ancestros humanos dejaron las alturas, pero habrían conservado el bipedismo para moverse por el suelo y los árboles más pequeños.

"La estructura ósea de 'Orrorin' le permitía caminar erguido".

Se ha discutido mucho sobre la ineficacia de la marcha bípeda comparada con la cuadrúpeda. También se ha criticado que ningún otro animal de los que se adaptaron a la sabana al final del Mioceno desarrolló el bipedismo.

Efectivamente, la locomoción bípeda limitó el tamaño máximo de la pelvis y el canal del parto, complicando enormemente el dar a luz, y haciendo posiblemente necesaria la asistencia en el parto, sobre todo en los casos en que la cría nacía con la cara hacia atrás, como la mayoría de los partos humanos actuales, según estudios realizados por Karen R. Rosenberg y Wenda R. Trevathan. No es apto para escapar de alguna situación peligrosa corriendo, somos débiles y lentos. Supone enormes tensiones en la estructura esquelética y en especial en la columna vertebral. La debilidad de la espalda causa grandes dolores al soportar mucha tensión para mantener una postura erguida relajada. Las crías humanas son muy vulnerables, tardan dos años en defenderse en el acto de caminar. Existe una mayor propensión a las lesiones accidentales. La articulación de la rodilla y del tobillo son muy frágiles y todo el peso del cuerpo se concentra en uno y otro pie al desplazarse. Para el bípedo quedarse cojo es mucho más invalidante que para el cuadrúpedo.

Tradicionalmente, las ventajas que justificarían la emergencia del bipedismo fueron la adaptación de nuestros ancestros a la vida en la sabana, para otear el horizonte, el ahorro energético y la mejor radiación térmica en los desplazamientos largos. Pero no pudimos adaptarnos antes de vivir en la sabana, o dicho de otro modo, en palabras del paleontólogo E. N. Arnold: "Queda descartada cualquier hipótesis de adaptación si aparece el carácter novedoso antes que el pertinente régimen selectivo".



Ante la crisis de este paradigma, nosotros proponemos un nuevo marco referencial sobre nuestro particular proceso evolutivo, en el que ya no se siga el tradicional esquema darwinista ortodoxo, que parte de la concepción de un proceso simple que gradualmente se desarrolla hacia formas complejas, sino postulando que lo complejo ya puede estar presente desde el principio y que se puede evolucionar siguiendo pautas adaptativas y no teleológicas (o perseguidoras de un fin), dando una explicación simple de cómo mutaciones deletéreas para la supervivencia y la procreación, como el bipedismo, se pudieron convertir en mayoritarias en nuestra particular forma de seleccionar genéticamente alelos.

En primer lugar aplicamos el uniformismo o también llamado actualismo, que en filosofía de la ciencia es el principio según el cual los procesos naturales que actuaron en el pasado son los mismos que actúan en el presente. Concretamente en Primatología, el actualismo consiste en aplicar relaciones observadas en la conducta de los chimpancés salvajes actuales a sus ancestros comunes con los humanos, ya que se sabe que ocuparon el mismo nicho ecológico, y morfológicamente eran muy parecidos.

Desde los años sesenta, importantes primatólogos, como Toshisada Nishida, Jane Goodall, etc, desarrollaron un registro científico exhaustivo de la vida de los chimpancés en diversas comunidades distribuidas por el continente africano, que sumaban nada menos que 151 años de observación de chimpancés. Se catalogaron 39 patrones de comportamiento que para ellos tienen un origen cultural, porque

“Queda descartada cualquier hipótesis de adaptación si aparece el carácter novedoso antes que el pertinente régimen selectivo”.

son caracteres conductuales que se transmiten, no a través de sus genes, sino mediante el aprendizaje. Uno de ellos, el que nos interesa aquí, es el lanzar piedras y palos con el propósito de ahuyentar a los intrusos, aunque fallaban a menudo, como pudieron observar. También disponemos de un interesante trabajo llamado “Correlación de Conducta de Límites Territoriales en Chimpancés Salvajes”, de John Mitani, profesor de Antropología de la Universidad de Michigan y David Watts, de la Universidad de Yale. Nos quedamos con dos observaciones básicas en una comunidad de alrededor de 150 chimpancés en Ngogo, del Parque Nacional de Kibale y Uganda (África): que los chimpancés forman patrullas para marcar su territorio y que, ante los intrusos, siguen la estrategia de “si somos más, atacamos, si no, nos retiramos”. Para Robert Foley, de la Universidad de Cambridge, haciendo una

“Los chimpancés forman patrullas para marcar su territorio y que, ante los intrusos, siguen la estrategia de “si somos más, atacamos, si no, nos retiramos””.

aséptica aplicación de este principio de actualismo, nuestros ancestros tendrían territorios más amplios que los chimpancés, ya que los bosques estarían más aclarados y las fuentes de aprovisionamiento estarían más dispersas y serían menos copiosas, por lo que tendrían que mantener las alianzas entre machos emparentados, tanto para la defensa de los recursos frente a otras coaliciones de machos, como frente a los depredadores.

En segundo lugar suponemos que la cadencia de la pérdida de la masa arbórea fue tan lenta que permitió, obviamente, la adaptación filogenética de los homínidos al nuevo nicho y, a la vez, fue tan rápida que provocó un aumento proporcional de los conflictos territoriales, por el aumento de los desplazamientos, el incremento de las disputas por las lindes y la disminución de los recursos. Con ello, se llegaría al punto en que la posibilidad de muerte en un conflicto territorial, o de extinción de un grupo o estirpe por el genocidio de otro rival, superó a la posibilidad de muerte o extinción por causas naturales. Es a partir de este momento, en el que solo los grupos que vencían en la mayoría de los conflictos territoriales tenían más posibilidades de sobrevivir, cuando, se puede decir, comienza la verdadera evolución del hombre, porque a partir de ahí ya no son seleccionados caracteres naturales que lo hacen adaptarse mejor a su hábitat natural, como sucede con el resto de los animales, sino que se seleccionan preferentemente adaptaciones positivas para lograr la victoria en los combates por el territorio, como son todas las que han diferenciado al hombre del resto de los animales y que nos han convertido en guerreros, gregarios e inteligentes.

Por todo ello, sugerimos que las verdaderas ventajas aportadas por la postura bípeda bien pudieron ser estas:

1. Libera las manos posibilitando la utilización de armas de guerra. La posibilidad de sorprender y asestar primero, o la de reiterar el golpe, es mayor con un palo o una piedra que con un mordisco, ya que no se requiere el contacto físico.

2. En los desplazamientos permite llevar las armas en posición de combate, previniendo un ataque sorpresa.

3. La bípeda es la postura más efectiva para lanzar proyectiles, ya que la mayor altura desde la que son lanzados posibilita llegar más lejos, la fuerza de lanzamiento del objeto es mayor porque el camino de impulsión es más largo y permite utilizar un número mayor de grupos musculares, como los de la cadera, el torso, los hombros y las piernas y, a su vez, permite mayor precisión en el tiro porque el ángulo de visión es mejor y más amplio.

4. Permite asestar golpes con más contundencia con armas como martillos, hachas, palos o garrotes, ya que se aprovecha la fuerza de la gravedad al dejar caer los objetos desde mayor altura.

5. Es más versátil que la postura cuadrúpeda, ya que el individuo bípedo puede reptar, desplazarse agachado, esconderse detrás de árboles, rocas, etc., posturas que posibilitan el camuflaje cuando se requiere un ataque por sorpresa o cuando pretende esconderse del enemigo.

6. Con las dos manos liberadas se puede acarrear mayor cantidad de piedras y cantos de los que puede desplazar cualquier primate cuadrúpedo. A mayor arsenal de objetos arrojadizos, colocados en los lugares más estratégicos (actuales yacimientos arqueológicos), mayores posibilidades de vencer en una batalla.

7. La gran cantidad de modificaciones morfológicas que se requirieron para convertir un cuadrúpedo en bípedo necesitó, no solamente de un largo período de evolución, sino también de una presión selectiva constante y gradual o escalable. Y precisamente, todas estas ventajas tienen la característica de la escalabilidad, en el sentido de que mientras más erguida es la postura más efectiva es el lanzamiento o más contundentes son los garrotazos asestados.de desplazar cualquier primate cuadrúpedo. A mayor arsenal de objetos arrojadizos, colocados en los lugares más estratégicos (actuales yacimientos arqueológicos), mayores posibilidades de vencer en una batalla. ■

el principito

Hay cantidad de libros en el mercado, novelas de gran peso, tanto por ideas que en ellas se vierten como por hojas y hojas escritas, que a veces debido al argumento, a la trama, nos enganchan y nos llevan a otras latitudes, haciéndonos compartir experiencias e ideas del autor.

Pero hay una, escrita ya hace años, que en pocas líneas y con un lenguaje sencillo y fresco, y de lectura rápida, nos relata una historia tierna que, a modo de cuentecillo, nos descubre y describe nada más y nada menos que el viaje del héroe.

He leído varias veces y en diferentes épocas este libro, y de puro sencillo me preguntaba del porqué de la fama de aquel aviador… al escribir esta sencilla historia…

El Principito es un personaje recurrente en mis lecturas, es uno de esos personajes que se me aparecen de cuando en cuando. Y cada vez que cae en mis manos, no puedo si no releerlo de nuevo. Y como suele suceder con los libros “especiales”, cada vez extraigo un néctar nuevo, un descubrimiento distinto, diferente.

¿Qué puedo decir esta vez, de este tierno, inocente, curioso, sencillo y asombroso buscador?.

Este príncipe reina en un pequeñísimo planeta, conoce y ama sus escasas posesiones, a las que dedica todo su recuerdo y al final de su búsqueda se consuela pensando en encontrarlas de nuevo.

Para qué tanta búsqueda, me pregunto, si ya lo tenía todo, antes de salir a viajar por el Universo.

Parte de un planeta muy pequeño, dejando como únicas posesiones una rosa y tres volcanes, de los cuales uno está apagado.

Pero la rosa ya sugiere, fragilidad, aroma, finitud, belleza, suavidad, pasividad, sensibilidad…

Los volcanes sugieren vitalidad, potencia, explosión, calor, no control, fuerza, movimiento, actividad…

Ya tenemos las dos fuerzas que nos acompañan, lo masculino y lo femenino; el yin y el yang; los opuestos…

Sale nuestro personaje de su pequeño mundo y va a diferentes planetas. Comienza a conocer y descubrir diferentes lugares y personajes solitarios que, como él, viven en planetas también muy pequeños. Y que, como él, viven enfrascados en sus mundos construidos a su capricho. Esto, claro está, hace cavilar a nuestro héroe.

Así conoce a un rey que no tiene súbditos, pero que da órdenes constantemente; a un vanidoso que no vive más que para que le alaben; a un obediente farolero cuya preocupación es cumplir con su deber; a un contable; a un… Y se asombra nuestro personaje de lo limitado de sus vidas.

Por fin llega a la Tierra; allí conoce a la serpiente, que queda impresionada de la inocencia de nuestro personaje y que tendrá una misión fundamental en este relato.

El conocido encuentro con el zorro es uno de los pasajes mas bellos que he leído a propósito de cómo se fragua la amistad.

Bellísimo dialogo lleno de ternura, evocación y nostalgia.

Su encuentro con las rosas, que le hacen recordar su pasado, su lejana rosa, y cómo sólo una ha logrado cautivarle y hacia ella dirige sus pensamientos.

Y el encuentro con el hombre, el autor en este caso, quien en un momento de dificultad se topa con el principito al que poco a poco va conociendo, y también queda cautivado por su pequeñez, por su luz, por su…

Triste y esperanzadora despedida de los personajes con los que topa, pues quedan digamos tocados por la magia de su presencia.

Sencillísima y corta historia, que va dando claves ocultas dirigidas directamente al corazón del lector.

Al final vuelve al lugar de donde vino, pero más sabio, más consciente… Ha realizado su viaje.

Creo que nos tenemos que acercar al personaje, al libro en sí, con la sencillez más sincera, y con el candido amor de una quinceañera enamorada.

El encuentro con este personaje sólo puede suceder de esta manera.

Pues para dejar que te roce el corazón de otra manera, se ha de tener un encuentro fortuito casi dramático, diría yo. En unas circunstancias determinadas, que haga que los valores que se tenían hasta el momento del encuentro se den la vuelta y se produzca una revolución tal, que la vida cambie por completo. Que haya un nuevo nacimiento, un nuevo amanecer. ■

Puri Gonzalez

pgonzal8@yahoo.es

hildegarde de bingen

Hildegarda de Bingen fue una abadesa alemana que vivió durante la Edad Media, siglo XII. Desarrolló una intensa labor religiosa, científica, artística e incluso política, fundó dos monasterios y mantuvo correspondencia con reyes, emperadores y papas. Escribió varios libros, algunos de ellos enciclopédicos, incluidos dos tratados sobre ciencia y medicina ("Physica" y "Causae et curae"). Durante toda su vida experimentó visiones que interpretó como una iluminación divina y que relató y plasmó como alegóricos grabados en algunas de sus obras ("Scivias", "Liber Divinorum operum simplicis hominis" y "Liber vitae meritorum"). Además, también tuvo episodios de éxtasis místico, atribuidos posteriormente a episodios migrañosos.

Carmen Paz

Fue además de científica, música, y filósofa, una espléndida escritora cuyas obras, sorprendentemente, nos hablan de temas tan actuales como el lugar del hombre en el cosmos, el medio ambiente y el papel de la mujer en la sociedad: toda una sabiduría medieval que la sociedad contemporánea empieza a descubrir.

Nacida en Alemania en el año 1098, Hildegarda de Bingen será un personaje desconocido hasta la edad de 40 años, cuando por fin su nombre empiece a sonar más allá del convento en el que permanecía recogida, a orillas del Rin. En esa época, en efecto, pone por escrito las sorprendentes visiones que venía experimentando desde su niñez y, muy pronto, el libro resultante desata pasiones y controversias en toda Europa: recibe la aprobación del Sumo Pontífice y los obispos; el eco de sus sermones resuena, entre otras, en las catedrales de Colonia y Maguncia; y todo el mundo acude a ella para consultarle cualquier tipo de asuntos, desde la gente más humilde hasta el emperador Federico Barbarroja.

Pero, por encima de todo, Hildegarda no deja de escribir. Sus tres grandes libros de visiones, entre ellos el célebre Scivias, describen un universo infinito, en plena expansión, que se asemeja mucho al de los astrofísicos de nuestros días. Y sus dos tratados de medicina «sutil» —los únicos escritos en el occidente cristiano en el siglo XII— se consideran todavía hoy un hito en la materia... Además escribió obras de carácter científico: Liber Simplicis Medicinae o Physica, sobre las propiedades curativas de plantas y animales desde una perspectiva holística; y Liber Compositae Medicinae o Causae et curae, sobre el origen de las enfermedades y su tratamiento desde el punto de vista teórico.

A veces su labor de escritora de Hildegarda se veía interrumpida por los viajes de predicación y aunque la clausura en sus tiempos no era tan rígida como lo sería a partir de Bonifacio VIII, no dejó de sorprender y admirar a sus contemporáneos que una abadesa abandonara su monasterio para predicar. Lo hacía en iglesias y catedrales, ante clero y fieles. El contenido de su predicación gira en torno a la redención; la conversión, criticando duramente la corrupción eclesiástica; y la oposición firme contra los cátaros, por quienes rogó a los gobernantes para que fueran castigados pero no ajusticiados.

Poco a poco, así, el extraordinario destino de Hildegarda de Bingen llega a poner en entredicho el asfixiante racionalismo de nuestros días y a encarnar a la perfección un saber diferente, intuitivo, místico y visionario: un verdadero bálsamo para nuestra locura cotidiana. ■

ninguna relación termina por falta de amor

Todas las relaciones de pareja atraviesan al menos dos etapas. La primera es el enamoramiento, que surge cuando sientes atracción por alguien como consecuencia de ver los aspectos positivos en detrimento de no ver el lado negativo de esa persona. Es la fase en la que solo ves las similitudes, que te producen cercanía, proximidad, deseo de crear lazos y formar una relación.

A medida que pasas tiempo con esa persona, te das cuenta de que tu pareja también tiene un lado que no es "tan agradable", y empiezas a ver las diferencias que te separan. Ese es el inicio de la segunda etapa, conocida como la etapa del resentimiento, muy caracterizada por los reproches, la desilusión, las peleas y el distanciamiento.

La mayoría de las rupturas de pareja se producen en esta segunda etapa, cuando el grado de resentimiento es insoportable y la desilusión irreparable. Lo más común que sienten las personas que experimentan una ruptura es que "el amor se terminó". Pero esta idea es incompleta porque confunden enamoramiento con AMOR.

Todas las relaciones terminan, tarde o temprano, porque no son para toda la vida. Incluso en el supuesto de que estés con una persona toda tu vida, las probabilidades de que los dos muráis en el mismo instante son muy escasas.

Oscar Durán

Cuando se produce la ruptura, lo más fácil es poner la atención en lo que percibimos que perdemos. Sin embargo, ninguna experiencia es solo negativa y aunque a priori no veas ningún beneficio de tu separación, no significa que no los haya. Esos beneficios aparecen, por ejemplo, en forma de acercamiento a familiares o amigos, en tener más tiempo para dedicarte a tus cosas personales, o tener más libertad para tomar tus propias decisiones, en librarte de hacer actividades que te resultaba embarazoso decirle a tu pareja que no, etc.

Si buscas con honestidad los beneficios ocultos de esa ruptura, tu sensación de dolor y pérdida desaparece. Esta es una forma muy poderosa para que puedas poner tu atención en el otro lado de esa experiencia y puedas vivir tu vida plenamente, estés o no con esa persona. En una ruptura nadie echa en falta los aspectos de negativos de la pareja, sólo aquellos que le causan admiración y sensaciones positivas. Sea lo que sea que percibías que esa persona te daba, realmente está en tu interior, no en ella.

"Desde el primer beso hasta el último adiós es un camino, y nunca al final del camino, se es igual que cuando se empieza"".

Con lo cual, desde el primer beso hasta el último adiós es un camino, y nunca al final del camino se es igual que cuando se empieza, con lo cual, el primer beso fue el inicio de un camino de aprendizaje, y la ruptura forma parte de ese aprendizaje.

Una separación no es solo una pérdida, si no la oportunidad de conectar con esa parte de dentro de ti que no te has dado cuenta que tienes. Los juicios incompletos que tienes sobre ti o tu pareja y el resentimiento acumulado por lo que no fue de la manera que te hubiese gustado, son los principales obstáculos que se interponen para sentir el Amor de tu corazón. Ninguna relación termina por falta de Amor, solo por la desilusión de las expectativas no cumplidas. ■

la verdad eterna

La VERDAD no necesita de grande santos ni famosos guerreros que la defiendan, sino de simples y sencillos seres humanos que la amen.

J. Luis Hernansáiz

¿Por qué la VERDAD es Eterna?

Porque no intenta destruir nada y siendo capaz de integrar a los opuestos, se autoregenera a sí misma, sin agotarse nunca.

Sanatan Darma, es un término sánscrito que se utiliza para englobar a todas las corrientes filosóficas, religiosas e ideológicas, creadas por los buscadores de respuestas a la incógnita de la vida y del Ser humano, en un lugar del mundo llamado la Gran Bhorata (India).

Sanatan Dharma se compone de dos grandes grupos:

1. Ortodoxos, que aceptan y siguen las escrituras más antiguas y sagradas del hinduismo, los Vedas.
2. Heterodoxos, que cuestionan la autoridad de dichas escrituras a modo textos revelados, aportando modificaciones, como la refutación de castas, entre otras.

Los sistemas heterodoxos engloban filosofías de todo tipo, y entre ellas se encuentran el Budismo, el Jainismo y los sistemas materialistas.

Los ortodoxos, aun siendo parte de la misma tradición, se fragmentan en seis darshanas (Puntos de vista) y aunque puedan parecer contradictorios entre sí, se deben entender como proyecciones complementarias de la realidad, que si son capaces de ensamblarse unos con otros, como un rompecabezas, pueden ofrecer una extensa panorámica más cercana a la verdad. Hagamos un intento de articularlos en este esquema:

Tendencia Mística

1. El Vedânta (conocimiento). Solo existe, Brahman, (El absoluto) y todo lo demás es ilusión, mâyâ. El propósito es eliminar mâyâ y tomar conciencia del Espíritu Universal.
2. El Mimansa (interpretación) aclara el aspecto litúrgico de los Vedas; es una ciencia sacerdotal, ritual; se basa en el sonido (mantram).

Tendencia Racional

3. El Nyaya (análisis) esta basado en la lógica, en el razonamiento de acuerdo a estrictas normas.
4. El Vaishesika (método racional) es una doctrina atomista, según la cual los átomos en si carecen de cuerpo, pero al combinarse se vuelven extensos y visibles; por otro lado, los espíritus individuales se unen y se separan de ellos, dando lugar a la vida y la muerte.

Tendencia Práctica

1. El Samkhya (enumeración) expone una teoría evolutiva del universo a partir de dos principios eternos y complementarios que son, por un lado la materia, prakriti, y por otro el espíritu, purusha.
2. El Yoga (unión) se apoya en la filosofía Samkhya y aporta los instrumentos prácticos para realizar la unión de prakriti y purusha en el ser humano.

> "La VERDAD, así con mayúsculas, es el conjunto de todas las pequeñas verdades y aun de las mentiras".

> "Yoga no es un amante celoso que pretende acaparar y controlar todo; más bien al contrario, se siente dichoso de prestarse a colaborar con cualquier necesidad humana, mundana o divina".

> "El Budismo, Jainismo y otros sistemas materialistas, también forman parte de todo este entramado de experiencias de los buscadores de la verdad, en el variopinto continente hindú, dignos de ser estudiados".

En este grupo se encuentra el Asthanga Yoga de Patanjali.

El Budismo, Jainismo y otros sistemas materialistas, también forman parte de todo este entramado de experiencias de los buscadores de la verdad, en el variopinto continente hindú, dignos de ser estudiados.

Lo humano es multidimensional; el Ser es todas las dimensiones; el Ser y lo humano se complementan; por eso somos Seres humanos; en nuestra parte humana se incluye el cuerpo, las emociones, la mente y aun el espíritu; todos estos diversos campos de nuestra naturaleza humana requieren de armonía en si mismos y relación equitativa entre ellos; si esto sucede, tendremos calidad de vida, o sea salud. Pero además, en unos pocos Seres humanos, hay el anhelo de la trascendencia y a veces la búsqueda de la trascendencia en Dios, Brahman, Alá, Jehová... ha olvidado el cuerpo, en detrimento de la salud; se da también el caso contrario, el culto al cuerpo, emocionalismo desmedido, racionalismo irracional o fanática espiritualidad; estos extravíos han oscurecido y desacreditado la búsqueda de la trascendencia.

A lo largo de la historia hemos ido acumulando tradiciones tan diferentes que nos parecen contradictorias; sin embargo, todas ellas han ido configurando el alma grupal de la humanidad como es hoy y que no puede calificarse como buena o mala, ida o píngala, yin o yang si no la suma integrada de ambas: tao, sushunma, ecuanimidad, o sea tradúzcase como consciencia, o la capacidad que vamos desarrollando a costa de la presión de los opuestos, darnos cuenta del proceder de la vida, del cosmos y de nosotros mismos, como parte de este universo.

No existe el verdadero Hatha, Raja, Gnani... Yoga; éstas tan solo son diversas herramientas, y los instrumentos evolucionan cambian y se adecuan tanto al constructor como a la obra por finalizar; si después de todo la obra finalizada es la VERDAD, en el yoghi se manifiesta o experimenta como santocha (Contentamiento).

Las herramientas se enrumban en dos direcciones:

Una para preservar y mejorar la salud.

Otra para desarrollar la consciencia. Ambas son indivisas.

El yoghi comienza por modelar su cuerpo, cocerlo e incrementar sus posibilidades con gathasta (yoga físico) donde tienen cabida técnicas tradicionales como: suryanamaskar (Saludo al Sol) vinyasa (Fluir armónicamente en las posturas o yoga dínámico) u otras contemporáneas como: Yoga terapéutico, Power Yoga, Bikram (Yoga con calor) y nuevas tendencias de carácter corporal que a partir del yoga se han desarrollado, incluido el popular Pilates, que en su origen el señor Pilates denominó Contrología.

Yoga no es un amante celoso que pretende acaparar y controlar todo; más bien al contrario, se siente dichoso de prestarse a colaborar con cualquier necesidad humana, mundana o divina.

A la mejora de la condición física, se suma la posibilidad de aquilatar los potenciales energéticos utilizando técnicas del hatha yoga, versión reconstruida y más tardía del tantra yoga.

Igualmente, se abordan tácticas para desplegar los potenciales de la mente, con técnicas del Asthanga yoga (Yoga de ocho pasos de Patanjali) y culmina el modo de operar con prácticas del Raja Yoga, que es la combinación adecuada de cada uno de lo ingredientes anteriores para cocinar un suculento majar Sat Chit Ananda (la suprema felicidad).

Todos los caminos llevan a Roma; pero de Roma al cielo solo hay un camino: AMOR.

AMOR es integración, unión, YOGA.

El AMOR es la puerta de entrada a la LIBERTAD. ■

nos electrificamos

Está decidido a muy alto nivel: la movilidad con vehículos eléctricos por fin, tras más de cien años de evolución, tendrá su derecho a existir. En paralelo, claro está, a la tecnología que utiliza combustibles fósiles y agotables. Pero tampoco la electricidad nos va a dar la libertad prometida, por lo menos hasta que no aparezca la energía libre, porque ya está todo preparado para que paguemos más para tener menos, exclusivamente bajo el pretexto de contaminar menos.

La contaminación cero no es factible (de momento), todo depende de dónde procede la energía eléctrica. Por lo tanto el coche eléctrico no contamina al usarlo, pero sí al producir la energía necesaria para su recarga. Lo único que de momento es cierto es que las nuevas economías, sobre todo la eléctrica, están tomado posesiones: ya ha adquirido su derecho de subir constantemente los precios, y sobre todo de dejarse pagar un canon mensual sólo por esta enganchado a la electricidad, de por sí un derecho de la Constitución. Por lo tanto, lo único que está bien preparado para introducir el vehículo eléctrico son los parámetros para poder sacarnos el dinero por el uso de ello.

Desde Okopress apoyamos de plena la introducción y el uso de los vehículos eléctricos, luchando desde siempre por una variedad de ofertas, que cada cual elija la propulsión de su medio de movilidad que más le convenga. No puede haber una sola fuente de energía para el automóvil, esto es un monopolio. Lo que sí es intolerable es la gran falta de conocimiento del tema por parte de nuestros políticos al considerar que por fin haya nacido el coche eléctrico, y, además en Europa gracias a los españoles. Dejamos claro que el coche eléctrico existe desde 1880, tuvo por lo menos cinco grandes auges a lo largo de las últimas décadas, y sus respectivas caídas posteriores. Los españoles somos pioneros en el desarrollo del coche híbrido, ya desde 1898, y hasta los Reyes apoyaron el uso de estos silenciosos vehículos: el primer automóvil que entró en el parque automovilístico del Rey Alfonso XIII, tan apasionado por los mejores automóviles del mundo, fue un coche eléctrico. Tampoco debemos olvidar (quien no aprende de la historia está castigado a vivir los mismos errores) que en 1998 – hace tan solo 12 años – todo estaba preparado para la masiva introducción del coche eléctrico en todo el mundo, principalmente en los Estados Unidos; ya para 2001 se calculaba que el 10% de los nuevos automóviles vendidos serían eléctricos. Todo se fue al traste con la llegada de los peores presidentes de la historia del mundo, produciendo tiempos de guerra, poderes económicos sin escrúpulos y la destrucción masiva de muchos de los derechos humanos adquiridos en décadas de lucha.

V. Christian Manz
info@hibrilogis.com

Los avances en el tema de las baterías y otros componentes del vehículo eléctrico son importantes, esta tecnología se acerca a ofrecer prestaciones relevantes, pero aún hay mucho que hacer. Queda claro que el vehículo eléctrico no entra en el mercado sin las ayudas estatales y sin crear un ambiente favorable y beneficioso para ello. Porqué mientras que no aumente la producción no puede bajar su precio, y a un precio elevado no se vende. Es el pez que se muerde su propia cola. También hay que facilitar su uso, ya que para nada nos sirve quedando sin energía en un trayecto al trabajo o a casa: tendremos una clavija en la mano, pero ¡no tenemos dónde enchufarla! No va a ser fácil acercar el automóvil eléctrico a su fuente de recarga. No es un chiste decir que algunos genios están buscando una fórmula para producir algo de energía si te has quedado sin ella, por ejemplo pedaleando o manivelando algo, o una placa solar portátil, o cualquier cosa como accesorio para el automóvil eléctrico que produzca energía, porque lo que más necesitas es algo de energía suplementaria para poder llegar a una estación de recarga o un enchufe particular. Habrá soluciones, me confirma un amigo que tiene que saberlo. Veremos pues.

"Quien no aprende de la historia está castigado a vivir los mismos errores".

"De momento todos estamos invitados a gastar mucho dinero para introducir algo que no se sabe cuánto tiempo va a durar".

De hecho, no todo el mundo apoya esta tecnología. Hay muchas voces que advierten que puede ser una trampa, que se va a gastar mucho dinero para algo que no va a resultar tal como se prevé. Los responsables de Nissan, por ejemplo, avisan que sólo se va a vender su modelo eléctrico Leaf en países donde haya una fuerte subvención estatal, porque donde no la haya, el coche saldría demasiado caro y nadie lo compraría. De momento todos estamos invitados a gastar mucho dinero para introducir algo que no se sabe cuánto tiempo va a durar y en qué proporción se va introducir en el mercado. Ya se han vivido situaciones parecidas en los últimos 100 años del desarrollo del vehículo eléctrico.

El que sí tiene un gran futuro por delante es el vehículo híbrido, que combina las ventajas de las dos propulsiones, de gasolina/gasóleo y eléctrica, y las utiliza cada uno en sus parámetros óptimos. En este campo también entra el sistema de Stop/Start (parada/arranque), que para el motor delante de un semáforo. En estos casos concretos sí bajaremos la contaminación, y no precisamos un segundo coche que nos realice todos los trayectos cortos diarios. Con uno basta, pero que sea híbrido. La creciente oferta en el mercado afirma que también los grandes fabricantes comparten este pensamiento.

"De hecho, no todo el mundo apoya esta tecnología. Hay muchas voces que advierten que puede ser una trampa, que se va a gastar mucho dinero para algo que no va a resultar tal como se prevé".

Mas información en ***www.hibrilogis.com***.■

consuelda

Nombre científico
Symphytum officinale

Descripción
Es una planta vivaz de tallo erguido con muchos pelos. Las hojas parece que las tienen soldadas al tallo. En el tallo y las hojas se encuentran unos alcaloides sinfito-noglosina y el glucósido consolidina, éste último en cantidad un poco inferior y ambos paralizantes del sistema nerviosos central, por tanto utilizaremos sólo la raíz.
Floración:
Sus flores son pocas, de color amarillo pálido. Crecen en las terminaciones. Su corola es de forma tubular de 1 a 2 cm. Florece en junio. La Symphytum Tuberosum tiene la flor morada.

Ubicación
Su hábitat se localiza en prados húmedos, sombríos y bosques cerca de manantiales y riachuelos. En general en sitios poco transitados y húmedos, aunque también se cultiva.

Abilia Martin Madera
abilia16@hotmail.com

Propiedades
Es una planta de la que se dice que forma nuevas células (las genera), cura rápido las heridas y cicatriza muy bien. Suelda los huesos (consuelda). Tiene la propiedad de activar el desarrollo de las levaduras y otros hongos, así como de bacterias. Se usa la raíz que contiene alantoína (derivado del ácido úrico) que cura bien las heridas. El extracto de larvas de mosca tiene igualmente esta sustancia y también las cura. La alantoína se utiliza en varios antibióticos. También tiene mucho mucílago, que es una sustancia viscosa de mayor o menor consistencia.
Es una planta de gran valor biológico y ecológico, pues enriquece en gran medida el terreno donde vive, a la vez que sirve de excelente forraje para el ganado. Se utiliza para madurar antes los tomates y como compóst.
Se puede comer en poca cantidad como la borraja.
· Torceduras, luxaciones y esguinces, poner cataplasma o dar friegas con alcohol o aceite.
· Reumas, dolores articulares, artrosis, periostitis (inflamación de la membrana que nutre y renueva los huesos), gota (acumulación de ácido úrico en las articulaciones de las extremidades) y afecciones de los huesos, poner cataplasma de raíz machacada (100 o 200 gr. / litro y reposar una hora), o fricciones con la tintura o el aceite.
· Fracturas óseas mismo tratamiento.
· Antiinflamatorio. Articulaciones hinchadas, baño en compresas de raíces y friegas de tintura.
· Calma los dolores del cáncer de estómago.
· Quemaduras, enfermedades de la piel (psoriasis), poner compresas.
· Con ella se prepara una crema de manos estupenda. Para las cremas se usa más el aceite.

Infusión para uso interno
No hervirla. Una cucharada de raíz rallada se escalda en ¼ de litro de agua, se deja reposar de 1 a 2 horas o toda la noche. Tomar 3 tazas al día.

Baños de raíces
Se maceran 500 gr. de raíces en 5 litros de agua caliente durante 12 horas. Se calienta sin que hierva, se filtra y se añade el agua al baño.

Tintura
Colocar las raíces frescas (300 gr. / litro) en un tarro con alcohol. Dejar macerar durante 10 o 15 días. Filtrar y guardar.
Dosis interna: 10 – 20 gotas, tomar 3 veces al día.
Externo: torceduras, reumas, artrosis y ciática.

Pomada
Se calienta al baño maría durante varias horas un puñado de raíces frescas machacadas en 300 gr. de aceite, se deja reposar tosa la noche, se filtra y ya esta lito para mezclar con 60 gr. de cera virgen. .
Se usa en hematomas, golpes, artrosis, dolores articulares, grietas en la piel (incluso en los pezones), quemaduras .y fisuras anales.

Aceite
Se maceran durante 30 – 40 días al sol unos 200 gr. de planta fresca en un litro de aceite. Aplicar en varices, celulitis, quemaduras, torceduras y afecciones de los huesos. ■

Ilusiones, proyectos, futuro, certidumbre,
intenciones, confianza, seguridad, control...
Cada Instante contiene
todos estos ingredientes y a la vez ninguno.
Paradoja ficticia que nos mantiene entretenidos
tejiendo un futuro que quién sabe si sucederá.
La vida discurre entre
esfuerzo, alegría, tristeza, amor, odio,
ternura, rabia, disgusto, paciencia...y certeza;
la certeza de sentirme viva,
de saberme afortunada
por poder vivir este instante presente,
que uno tras otro organizan
lo que soy ahora o
lo que ya no soy,
porque ahora ya no es ahora.
Ahora, en el mismo instante
en que lo nombro, en que lo vivo,
pasa a ser después, ¿o antes?
Giros alrededor de
lo que es en este instante
en el que escribo, en el que soy leída,
y ya deja de ser vigente para ser pasado.
El presente es lo que ocurre
en cada momento inasible.
Nada permanece,
ni siquiera el presente.

Amparo Estevan

CENTRO NATURISTA GRANADA

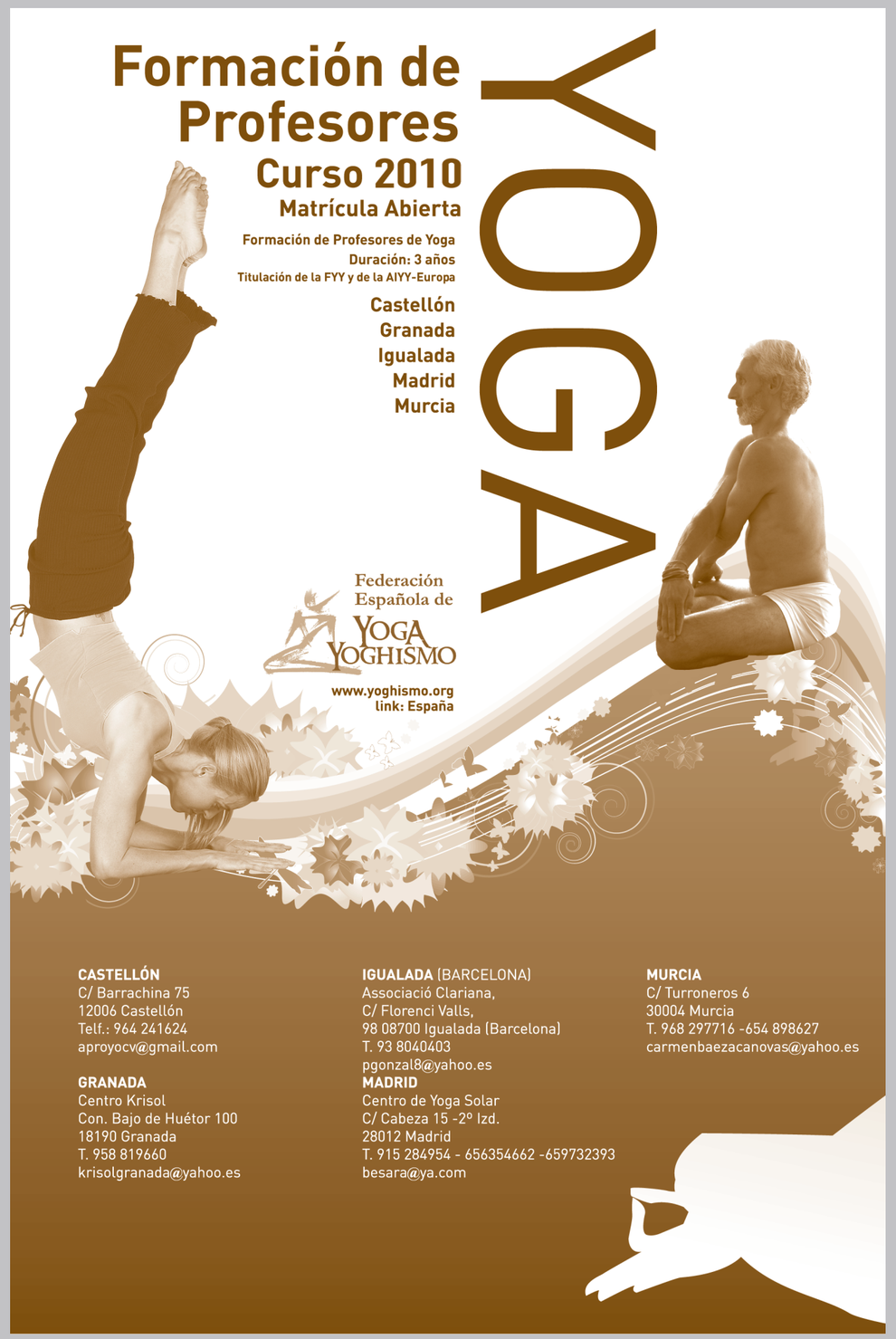
Escuela de Naturopatía
Osteopatía, Técnicas Manuales
y Acupuntura

- Naturopatía
- Osteopatía
- Quiromasaje
- Acupuntura
- Hidroterapia de Colon
- Organometría
- Método Gesret

CURSOS:
- Naturopatía
- Quiromasaje
- Acupuntura
- Flores de Bach
- Osteopatía
- Quiropraxia
- Shiatsu
- Q. Superior

SEMINARIOS:
- Drenaje Linfático
- Tejido Conjuntivo
- Reflexología Podal
- Flores de Bach y
- Mediterraneo
- Tui-na
- Hernia de Disco
- Cadenas Musculares
- Shiatsu
- Quiromasaje Deportivo

Bruselas 8, bajo · 18008 GRANADA - Tel.: 902 221 539 - davilaescuela@telefonica.net



guía de centros

redgfu en España

directorio

Centro de Yoga y Cultura Integral ASHRAM DE SAN MARTIN DE VALDEIGLESIAS*
Ctra. Toledo km. 76
San Martín de Valdeiglesias
28680 (Madrid
T.: 918 610 064
Móvil: 629 760 947
www.ashramgfu.com

Centro de Yoga y Cultura Integral ASHRAM JARDIN DE ALHAMA
Ctra. El Palmar-Mazarrón
Alhama de Murcia
30840 Murcia
T.: 968 630 909
Móvil: 656 706 605
www.centrosredgfumurcia.org

Centro de Yoga y Cultura Integral ASHRAM ARAUTAPALA
La Hondura. La Florida
Valle de la Orotava
38300 Tenerife
T.: 922 334 187

Centre d´Ioga i´Espiral
Torrent d´les Flors 66
08012 Barcelona
T.: 670233218 / 667759497

Centro de Yoga ACUARIUS
Generalife, 2
Cartagena
30204 Murcia
T.: 968 313 102

Centro de Yoga y cultura integral CASTELLÓN*
Barrachina 75
12006 Castellón
T.: 964 241 624
www.redgfu.es/castellon

Centro de Yoga LEPANTO
Pasaje Sabular 1 - 4º
14010 Córdoba
T.: 651724695

Centro de Yoga KRISOL *
Cno. Bajo de Huétor 100
18190 Granada
T.: 958 819 660

Centro de Yoga GUADALAJARA*
Padre Melchor Cano 18 - 1º
19002 Guadalajara
T.: 650 915 690

Centro de Yoga HUESCA
Ingeniero Montaner 6 bajos
22004 Huesca
T.: 974 212 026

Centro de Yoga CLARIANA *
Florencio Valls 98
Igualada
08700 Barcelona
T.: 938 033 522

Centro de Yoga LA LAGUNA
Rodríguez Moure, 30
La Laguna 38201 Tenerife
T.: 922 261 501

Centro de Yoga CENTRO CIRCULO ARMONIA *
De la Cabeza 15 - 2º izq..
28012 Madrid
T.: 915 284 954
www.circuloarmonia.es

Centro de Yoga SALOMÓN*
Salomón 8
29013 Málaga
T.: 952 262 146
www.redgfu.es/malaga

Centro de Yoga REDGFU *
Turroneros 6
30004 Murcia
T.: 968 297 716
www.centrosdesarrollohumano.com

Centro de Yoga PINEDA DE MAR
Barcelona 26-28 Local 6 y 7
Pineda de Mar
08397 Barcelona
T.: 656 916 362

Centro de Yoga ATLANTIDA *
Simón Bolibar
Urb. Cruz del Señor 3-1º
Santa Cruz de Tenerife
38007 Tenerife
T.: 922 210 105

Centro de Yoga VALENCIA
Blanquerias, 5
46003 Valencia
T.: 963 640 929

Centro de Yoga NUEVAS LUCES
Doctor Ibáñez 12 bajo
50007 Zaragoza
T.: 976 375 055
www.redgfu.es

MALAGA ..FYY*
Federación de Yoga Yoghismo (FYY)
Salomón 8
952 26 2146
www.yoghismo-eu.org

* Centro formador de profesores de Yoga.

Astrología

Vicente Gilaberte
Coordinador Escuela de Astrología Psicológica Red-GFU
Tel.: 918 814 358
MADRID

Bio-Construcción

Josu Jauregui
"E.G.A Bioconstrucción"
bioetxesl@euskalnet.net
Villabona (DONOSTI)

Naturopatía

Censana
Escuela de formación naturista
C/ Mallorca, 606-608, 2a planta
Tel.: 902 011 887
08026 BARCELONA

Centro Naturista Granada
Escuela de naturopatia, osteopatía, técnicas manuales y acupuntura
C/ Bruselas, 8 bajo
Tel.: 902 221 539
18008 GRANADA

Av natural
Portal alternativo
Tel.: 902 199 828
www.avnatural.com

Cyberdiet
Dietética y cosmética natural.
www.cyberdiet.es

Ecocentro
C/ Esquilache, 2, 4 y 6
Tel.: 915 535 502
28003 MADRID

Herbolario Yerbabuena
Maria Luisa Soriano
Avda. de Castilla, 18-A
Tel.: 949 231 496
19002 GUADALAJARA

Jose Luis Romero Dávila
Flora Cervan Gaitaán
Cursos de Salud Integral presenciales y on line.
Tel.: 902 199 828
info@avnatural.com
www.avnatural.com

Rafael Romero Dávila
Centro Naturista y Escuela de Naturopatía
Tel.: 902 221 539
GRANADA
davilaescuela@telefonica.net

Psicología

Aelotrans
Psicologia y Terapeuta Integral
Tel.: 914 155 756 / 918 538 781
Móvil: 927 582 688
raqueltorrent@wanadoo.es
www.torrentransper-sonalintegral.com

Antonio Sellés Martínez
Psicólogo Terapeuta Gestalt. Psicoterapia y Formación.
Tel.: 964 242 121
gestalcas@hotmail.com
CASTELLÓN

Coaching

Oscar Durán-Yates
Coach Cuántico
Tel.: 667 694 894
oscar@coachcuantico.com
www.coachcuantico.com

Terapeutas

Alfonso Colodrón
Terapia Gestalt y Consultoría Transpersonal
Tel.: 91 352 10 05
alfonso@interser.e.telefonica.net
MADRID

Andrés Fernández
Dietoterapia y cursos de H. Yoga.
Tel.: 645 383 772 / 954 584 398
www.hufeland.es
SEVILLA

Carmen Páz
Escuela Crystal Deva
Formación de Terapeutas vibracionales. Cristaloterapeuta.
Tel.: 695 511 671
www.crystaldeva.com
www.carmenpaz.com
MURCIA

Juan Antonio Rubio
Problemas de comunicación y de pareja.
Tel.: 968 213 124 / 639 442 234
juanrusan@hotmail.com
MURCIA

Marisa Sánz Hernández
Clases de Yoga. Cursos. Terapia Gestal. Escuela desarrollo
Tel.: 918 814 358
Móvil.: 655 394 247
marisanz432@hotmail.com
Alcalá de Henares (MADRID)

Cristina Tobón Osorio
Psicoterapeuta Gestalt y Desarrollo Personal
Tel.: 964 257 373 / Mvl.: 626 330 025
atencionpsicologica@telefonica.net
CASTELLÓN

Joaquín Suárez Vera
Autoestima, Risoterapia Narración Oral Escénica, etc.
Tel.: 653 246 812
jsuarezvera@yahoo.es
www.joaquinsuarez.com
MADRID

Si quieres estar en esta sección, infórmate en el Tel.: 653 246 812 jsuarezvera@yahoo.es

DESDE 1993
Premio EcoGourmets 06
Premio Biocultura 07
Cocina Bio-Vegetariana
Restaurante a la Carta
Biobufé
Tetería
Alimentación Biológica
Bazar
Librería Nueva Conciencia
Cosmética Natural
Herbolario
Comercio Justo
Medicina Holística
Ecocentro Salud
Fórum Cultural
Hemeroteca Alternativa
La Ecoposada
La Hospedería del Silencio
ECOCENTRO
+info
www.ecocentro.es
ECOCENTRO
C/ Esquilache, 2-12 (junto Avda. Portugal/Iglesia, 7)
Madrid 28003. Canal y Ríos Rosas
Tlf.: 915-535-502 • Fax: 915-333-107
www.ecocentro.es • eco@ecocentro.es
ECOCENTRO-SALUD
C/ Esquilache, 2-1º C. Tlf.: 915-531-299
www.ecocentrosalud.es
LA HOSPEDERÍA DEL SILENCIO
Robledillo de la Vera. Sierra de Gredos (Cáceres)
Tlf: 650-484-928 • lahospederia@ecocentro.es
www.ecocentro.es/otras_secciones.htm
HOTEL RURAL LA ECOPOSADA
Pobladura de las Regueras. El Bierzo (León)
Tlf.: 987-530-000 • 617-898-100
www.ecoposada.eu

DelgaRobis

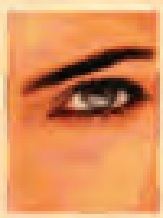
Reduce tu vientre

COMPLEMENTO ALIMENTICIO CON EXTRACTOS DE TÉ VERDE, NARANJA AMARGA (Citrus aurantium L.), CACAO DESGRASADO, ORTOSIFÓN Y VITAMINAS B6 y B12.

ROBIS

ROBIS

Venta en Centros Dietéticos y Herbolarios



REINA REAL MUJER

JALEA REAL - ISOFLAVONAS - ONAGRA
SALVIA - HIERRO - LIGNANOS

20 AMPOLLAS BEBIBLES

ROBIS

JALEA REAL CON UN CONTENIDO SUPERIOR AL 2% EN 10 HDA