

MI CUERPO, MI MENTE, MI ALMA y mi ser se han creado a partir de muchas influencias, al igual que los afluentes que van a parar a un río. No soy un ser aislado, separado e individual. Soy indivisible. Los pensamientos, ideales, visiones y actitudes que concibo provienen de multitud de fuentes.

Un sacerdote Védico dice:

Dejad que los nobles pensamientos vengan a mí desde todos los rincones del universo. El recíproco también es cierto. Enviemos nuestros nobles pensamientos a todos los rincones del universo. Los pensamientos no permanecen en nuestras cabezas, los pensamientos nos envuelven, vivimos en los pensamientos. No hay nada nuevo bajo el sol; no busco un pensamiento original. Nada emerge de la nada, y algo no puede desaparecer en la nada. Materia y espíritu están en un continuo movimiento de cambio, de transformación y de reciclaje. Soy parte de esta rueda de la vida que continuamente da vueltas y más vueltas.

Sin embargo, hay determinadas influencias en mi vida que puedo aprender. Hay una figura prominente en mi vida que destaca sobre todas las demás, Mahatma Gandhi. Yo nací en el seno de una familia jainista rodeado de hindúes; Gandhi nació en una familia hindú rodeado de jainistas. La influencia jainista le hizo ser partidario de la no violencia. A cambio, él influyó sobre muchos jainistas, incluido yo mismo, haciéndonos recordar la fuerza y la profundidad de nuestras raíces. Así se completaba el círculo. Gandhi fue un ejemplo viviente del tipo de vida al que yo he aspirado. Disolvió la división entre acción y pensamiento, teoría y práctica, silencio y habla.

Nunca conocí a Gandhi: yo tenía once años cuando le asesinaron. Aprendí de sus escritos y de sus discípulos que la política y los principios son dos caras de la misma moneda. No es bueno aislarse del mundo y vivir en cuevas y en monasterios, pensando que el mundo es una trampa de la que debemos huir para liberarnos. Por otro lado, la mayoría de la gente cree que la espiritualidad es sólo para santos y no puede practicarse en la vida diaria. Gandhi asumió la responsabilidad de demostrar que la gente puede dedicarse a la política honradamente y sin violencia. La economía y la ética son indivisibles. La religión debe impregnar la actividad cotidiana. Cuando la agricultura, los negocios, la industria, la educación, las artes, los oficios, las tareas del hogar, la vida familiar, las relaciones humanas y nuestra interacción con el mundo natural estén contruidos sobre una base espiritual, entonces los seres humanos serán capaces de hallar el verdadero sentido de la vida.

Algunos contemporáneos de Gandhi vivían absortos en la campaña por la independencia de la India. Pero Gandhi supuso la revolución. Él sabía que la independencia llegaría tarde o temprano, pero no se trataba únicamente de reemplazar el sahib blanco por el marrón y seguir por el mismo camino de modernidad, industrialización, materialismo y centralismo. Él quería desarrollar una nueva visión del arte de gobernar, de forma que la India independiente iba a ser muy distinta de la India británica.

A fin de crear una nación holística e integrada, Gandhi propuso once principios sobre los que se debería construir el orden social. Fundó cientos de ashrams que funcionaban como pequeñas comunidades experimentales en las que los voluntarios podrían explorar, modificar y perfeccionar esos principios a fin de poder aplicarlos a todo el país y al resto del mundo. El

interés de Gandhi por la experimentación era legendario. Incluso subtítulo su autobiografía *La Historia de Mis Experimentos con la Verdad*.

Esas comunidades eran y son modelos para una sociedad sostenible, en convivencia, frugal, ecológica, independiente y espiritual. Gandhi compuso un cántico para celebrar esos principios y lo cantaban colectivamente cada mañana y cada noche los miembros de los ashrams.

Yo cantaba ese cántico encantador dos veces al día cuando vivía en el ashram. Compuesto de palabras en sánscrito de un profundo significado, es como un rosario de mantras en movimiento. Todavía hoy lo canto, y cuando lo hago me siento fascinado.

Ahimsa, satya, asteya, Brachmacharya, asangraha, Sharirashram, aswada, Sarvatra, bhaya varjana, Sarva dharma samantva, Swadeshi, sparsha bhavana, Vinamra vrata nishtha se, Ye ekadash sevya hain.

Que se traduce así: No violencia, verdad, no robar, Sexo sagrado, no consumismo, Trabajo físico, evitar el mal gusto, Sin miedo, respeto por todas las religiones, Economía local, y respeto por todos los seres. Estos once principios deberían practicarse con humildad, cuidado y responsabilidad.

Esos principios no son obligaciones. No son votos; son aspiraciones e inspiraciones. Son como los propósitos que se hacen en la víspera del año nuevo. En este caso los propósitos se hacen a diario. Son modelos de conducta, un marco de referencia que cada individuo y cada sociedad deben interpretar dentro de su propio contexto.

Dejadme que os explique estos once puntos de referencia uno por uno, con mi propia interpretación.

1. NO VIOLENCIA (Ahimsa) es el principio universal de una vida sin ofensa. Hindúes, Budistas, Jainistas, Judíos, Musulmanes, Cristianos y seguidores de otras religiones, de una forma u otra, las proclaman en mayor o menor medida como algo fundamental. La no violencia debería subyacer en todas las relaciones entre humanos y con el resto de las criaturas. La no violencia es parte de la filosofía perpetua. Pero Gandhi la convirtió en algo mucho más relevante para nuestros tiempos utilizándola como un arma de resistencia contra la injusticia social, el colonialismo británico, la explotación económica de los fuertes sobre los débiles y la discriminación de castas en la India.

La no violencia va mucho más allá del no matar. A nivel personal comienza por la no violencia de la mente. En el ashram me enseñaron a desarrollar la habilidad del autocontrol sobre cualquier pensamiento agresivo, ofensivo o dañino. Si por algún motivo mi mente engendraba violencia, no la transmitía con el habla. Las palabras que hieren, insultan o degradan a otros pueden derivar en un ciclo de violencia. Aprendí a expresar mis opiniones sobre política, políticos o gente con la que estaba en desacuerdo de una forma respetuosa. Si perdía el control sobre mis palabras, entonces debía evitar la violencia física a toda costa. Si me atacaban verbal o físicamente, yo respondía con técnicas de defensa no violentas.

A nivel social y político, la no violencia significa oponerse a la violencia institucional y estructural. Aprendí de Gandhi a no tener miedo de implicarme en un criticismo constructivo, pero debía acercarme a mis oponentes con un corazón amable, ya que el fin es siempre provocar un cambio en el corazón y la mente de la persona o sociedad a la que te enfrentas. Esta técnica

todavía me impresiona profundamente, especialmente cuando veo que muchos medios incitan a la violencia entre políticos, naciones y grupos éticos o religiosos. Debemos aprender a vivir entre la gente y la naturaleza sin violencia, lo cual implica apartar el deseo de imponer nuestro criterio, de subyugar, dominar y controlar a las demás personas, animales y al mundo natural para satisfacer nuestras ambiciones. Cuanto más veo y pienso, más me doy cuenta de que la no violencia es el pilar básico sobre la que podría construirse un futuro sostenible para la humanidad y para la Tierra.

Me da la impresión de que las luchas y los conflictos que hoy día prevalecen en el mundo son el resultado de nuestra confianza en el poder de la violencia. A pesar de todas las guerras, conquistas, colonialismos e imperialismos, la humanidad no ha aprendido nada. Todavía creemos que la violencia es la única solución. Desde los artículos en los periódicos hasta las armas nucleares, seguimos el camino de la violencia. Hindúes y Musulmanes en la India, Judíos y Palestinos en Oriente Medio, Católicos y Protestantes en Irlanda del Norte, todos ellos piensan que acabarán encontrando una solución a sus conflictos a través de la violencia. Para mí esto no es una opción.

A un nivel ecológico, la humanidad ha estado en guerra con la naturaleza. Nuestro deseo de conquistar la naturaleza ha provocado la destrucción de la jungla, la pérdida de la biodiversidad, la producción de contaminantes químicos, la construcción de grandes ciudades, presas, industrias y corporaciones. Y todo esto ha provocado la contaminación de mares, ríos y del aire, el agotamiento de los recursos y la destrucción del campo. Nuestra crueldad hacia los animales, nuestro desprecio por las culturas tribales y por sus derechos, nuestra obsesión por extraer petróleo y otros minerales sin límite, todo forma parte de la misma historia.

La historia de la violencia es demasiado vieja y aburrida. La humanidad y la Tierra ya han sufrido bastante. Dejemos que comience la nueva era con su nueva historia, la historia de la no violencia. En esta historia todas las relaciones se construyen con el espíritu de la mutualidad y la reciprocidad, el espíritu del respeto por toda forma de vida –la vida humana, la vida animal, la vida vegetal, la vida de las piedras, el suelo y el agua.

Con nuestra arrogancia, los humanos hemos asumido que somos los dueños de la naturaleza y que podemos causar confusión y devastar todo lo que nos rodea aunque nos perjudique a nosotros mismos. Cuando no impongamos violencia sobre los demás, los demás no impondrán violencia sobre nosotros. El resultado de la no violencia es la paz a todos los niveles. Paz personal, paz mundial, paz con la naturaleza.

Sin paz interior no puede alcanzarse ninguna otra forma de paz. Si alcanzo un nivel de paz conmigo mismo, entonces no temeré a nadie. Pero si no soy capaz de superar mis propios temores, entonces a los líderes políticos y militares les resultará muy sencillo provocar en mí temor hacia un enemigo externo. Así que, a menos que comience a hacer las paces conmigo mismo, no habrá paz en el mundo. La paz interior debe traducirse en paz mundial. No puedo encerrarme en la serenidad de mi paz interior y olvidarme del mundo. No puedo sentarme a meditar tranquilamente mientras las armas nucleares se amontonan. La acción no violenta para traer la paz al mundo es una consecuencia natural de la paz interior.

La paz mundial está en comunión con la paz con la naturaleza. Cuando las naciones luchan, cuando se tiran bombas, no sólo son asesinados seres humanos; también se destruyen hábitats naturales. Pero nadie cuantifica estos daños. Es importante estar en paz con la naturaleza aunque

no haya guerras, pues los conflictos con la naturaleza provocan conflictos entre las naciones. La mayoría de las guerras se originan para proteger los recursos y los mercados. Los motivos son cada vez menos políticos y más y más económicos. Todas las guerras son en contra de la naturaleza puesto que implican una tremenda contaminación del aire, del mar y de la tierra; las minas son un claro ejemplo de ello. Por eso las naciones tienen que llegar al acuerdo unánime para que, sea cual sea su disputa, las únicas vías para solucionar el conflicto sean la diplomacia y la no violencia. Ésta jamás debe utilizarse.

Desde luego que esto no ocurrirá de la noche a la mañana, pero si pudiera ser una nueva resolución y si, paso a paso, el mundo pudiera trabajar hacia esta meta, algún día podríamos establecer un orden social de no violencia. Tras la estela de la guerra nuclear, química y biológica, del calentamiento global, de la destrucción de la capa de ozono y del hambre mundial, ahora la dura elección es entre la no violencia y la no existencia.

2. VERDAD (Satya) significa ver la realidad tal y como es. Aunque jamás podamos estar seguros de la naturaleza de la auténtica realidad, es correcto y apropiado buscarla. No hay verdad alguna que pueda describirse, explicarse y definirse con el lenguaje. Buddha, Jesucristo, Mahavir, Mohammed y Sócrates han sido buscadores de la verdad. Poetas, santos y místicos como Kabir, Tulsidas, Rumi, Hildegard de Bingen, la Madre Juliana de Noruega y San Francisco experimentaron lo divino y lo sagrado en todas las cosas. Para ellos, eso era la verdad. Pero no podemos vivir de la riqueza de nuestros ancestros. Debemos buscar nuestro propio tesoro y emprender la búsqueda para encontrar nuestra propia verdad.

La verdad es pluralista y tiene múltiples facetas. Observar la existencia en toda su misteriosa diversidad, dándome cuenta de su totalidad, me previene de imponerme un sistema de creencias monolíticas sobre ella. La búsqueda de la verdad es un viaje libertador, me libera de los dogmas, tanto religiosos como políticos. No existe un punto al final del cual pueda afirmar que he encontrado la verdad, la verdad de todos. En cuanto la verdad queda aprisionada en un sistema de creencias, se pierde. Mientras las experiencias y las técnicas de otros buscadores de la verdad sean utilizadas únicamente como referencias, entonces esos métodos y disciplinas pueden servirnos de ayuda. Pero no significa que esas referencias sean lo auténtico. La verdad no puede predicarse; a lo sumo puede comunicarse, dialogando o conversando y, lo más importante, mediante el ejemplo. La verdad no es un producto que pueda servirse en iglesias y templos. La verdad no puede conceptualizarse o extraerse de libros sagrados. Tiene que vivirse y experimentarse.

Los que buscan la verdad están libres de fundamentalismos. Resulta más sencillo ver el fundamentalismo de los otros que reconocer el de uno mismo. De esta forma los cristianos critican el fundamentalismo musulmán sin reconocer el suyo propio. Análogamente, los capitalistas critican el fundamentalismo socialista olvidando que el del libre mercado no es menos opresivo. Los que predicán la superioridad de la democracia occidental corren tanto peligro de minar las culturas tribales basadas en comunidades, como aquellos que predicán la política de estados monopartidistas.

Seguir el camino de la verdad es no estar condicionado ni tener prejuicios. Es una manera de enfrentarse a las cosas tal como son. La verdad es la esencia del Zen. La búsqueda de la verdad es una indagación y una exploración incondicional que debe realizarse con la mente abierta, hasta el último momento de nuestras vidas.

3. NO ROBAR (Asteya) significa no tomar lo que no es tuyo; pero va más allá del concepto convencional de robo. Según los Upanishads, todo y cada cosa, desde una brizna de hierba hasta el Monte Everest, y desde una lombriz hasta un ser humano, está empapado de divinidad. Tierra, fuego, aire y agua son elementos sagrados. Todos los seres toman de la Tierra lo necesario para la continuidad de sus vidas. Los bebés maman del pecho de sus madres, el venado bebe del arroyo, los pájaros comen frutos de los árboles, los humanos toman los productos que necesitan de la Tierra. Gandhi dijo que hay suficiente para las necesidades de todos, pero no para la avaricia de nadie. Asteya es más que un robo ilegal: cuando el negocio de la agricultura destruye las granjas familiares, es robar al campo; cuando la industria destruye la artesanía, se roban los oficios. Cuando los grandes pesqueros agotan las reservas de pesca de los océanos y destruyen pequeños pueblos de pescadores, eso es robar el sustento. Legales o ilegales, todas son maneras de robar. Seguir el camino de Asteya es utilizar y consumir únicamente lo que la naturaleza puede reponer. Es una manera de consumir sólo para satisfacer nuestras necesidades vitales, conociendo también las de las demás gentes y criaturas, de forma que yo sólo tomo mi parte. Asteya es una manera simple de vivir, tal que los demás simplemente puedan vivir. Asteya es generosidad. Asteya me dice que practicar la mezquindad, el acaparamiento, acumular y consumir más de lo necesario son robos cometidos contra la naturaleza, es robar a Dios.

4. SEXO SAGRADO (Brahmacharya) significa una sexualidad apropiada en el marco de una relación humana sana. Tras el boom de la población, las relaciones sexuales requieren cuidado y compostura. La sexualidad, practicada de manera apropiada, es parte del amor de Dios. El amor hacia Dios empieza en el amor humano. Esta es la micro experiencia del macro amor, la realización última del amor último. El amor incondicional entre dos individuos conduce al amor universal. El hecho de trivializar el sexo, como hacen los medios y películas que inducen a la tentación de buscar gratificación temporal, pornografía, violación, sadismo, masoquismo, violencia física y abuso sexual... surge todo de la falta de respeto hacia la santidad del sexo. El sexo sagrado se fundamenta en el compromiso, la responsabilidad, el sacrificio, la celebración y la dicha.

Todos los dioses hindúes están casados. Rama con Sita, Krishna con Radha, Shiva con Shakti, Vishnu con Lakshmi – esos iconos mitológicos son los modelos de la relación hombre-mujer. En ellos, la sensualidad, el baile, la música, el color, las flores, el perfume, la comida y demás aspectos del buen vivir y de la religiosidad toman pleno partido. Todo en su proporción, en el lugar adecuado, en el momento preciso, con sabiduría y sentido común. La relación hombre-mujer es la culminación del balance Yin-Yang, del principio de Shiva-Shakti. Es la unión de materia y espíritu, Dios y el mundo, cuerpo y alma, naturaleza y cultura. En tales uniones todos los opuestos se transforman en complementarios.

5. NO CONSUMISMO (Asangraha) significa la no adquisición, el no consumo y la no acumulación de bienes y servicios prescindibles, derrochadores, dañinos y no naturales. Las posesiones en exceso son una trampa, nos atan, nos encarcelan y nos esclavizan. Si yo cayera en la trampa del poder y de la riqueza sería incapaz de vivir una vida realmente confortable, creativa y compasiva. Pasaría la mayor parte de mi tiempo al cuidado de casas y coches, en las tareas del hogar, en los muebles, en los cuadros, en la plata y la porcelana, en ordenadores, yates y mil cosas más. Necesitaría trabajar duro para ganar lo suficiente, no como para satisfacer mis necesidades, sino como para servir a esos bienes. Llegaría el momento en que mis posesiones me poseerían a

mí, más que yo a ellas. Me encontraría en el nudo de Graha. Cuando ese nudo se aprieta fuerte se convierte en Sangraha, pero cuando consigo liberarme de la soga estoy practicando Asangraha. En nuestros tiempos modernos las posesiones se han convertido en un símbolo de status social, de éxito, de posición y de poderes. Con razón a la sociedad moderna se la ha llamado “la sociedad del consumo”. El crecimiento económico ilimitado se ha convertido en el ideal de toda nación a nivel mundial. A fin de alcanzar estas vidas individualistas, las familias, el tejido social y nuestra relación con el mundo natural ha sido destruida. Hemos traspasado el punto de condicionar el bienestar humano al incremento de la riqueza material.

Hemos podido comprobar que en los 70 el mundo occidental alcanzó un estándar de vida razonable, pero desde entonces ha ido en decadencia: más coches significa más polución y más congestión en las ciudades, los desperdicios se han acumulado hasta el punto de contaminar la tierra y el agua. A pesar de la riqueza espléndida y el éxito económico, la pobreza no se ha abolido en absoluto; un pequeño porcentaje de gente controla un gran porcentaje de riqueza, lo cual afecta negativamente a la cohesión y a la armonía social. El incremento del crimen, la gran cantidad de presos en las cárceles, el tráfico de drogas, el desempleo y la exclusión social son los graves problemas que afectan a la mayoría de las naciones occidentales.

Existe una total confusión en cuanto al verdadero objetivo de la sociedad y el significado de la vida. La riqueza material es sólo un medio para lograr un fin- y ese fin es vivir una buena vida: espiritual, psicológica, social y artísticamente. Vivir la buena vida lleva consigo mantener buenas relaciones humanas. Pero en nuestra cultura actual los medios se han convertido en un fin. Las sociedades humanas persiguen la acumulación de riquezas en beneficio propio. Tener es ya más importante que ser. Valoramos a la gente no por lo que es sino por lo que tiene. Por su status, su poder, su posición y sus posesiones. Hemos perdido el sentido de nuestra existencia, estamos adquiriendo una forma vacía.

Sin embargo, hay una conciencia creciente de este problema; están proliferando los movimientos de voluntariado y de economía y moneda locales. El pueblo llano reaccionó ante el dominio del socialismo estatal en los países de la antigua Unión Soviética; ahora, en occidente, los signos de revuelta contra la dictadura del mercado y el papel del dinero son evidentes. Las nuevas economías, basadas en el principio de la sostenibilidad, me proporcionan la esperanza de una transformación desde la adquisición hacia la Asangraha. El no consumismo no es ascetismo, no es un principio de renuncia; no es otra cosa que conocer los límites y saber disfrutar de los abundantes regalos que nos brinda la naturaleza sin necesidad de poseerlos. El no consumismo es esencial para una vida simple en cuanto a medios, pero rica en cuanto a fines. El apego obsesivo por la adquisición conduce a la pobreza de espíritu y de imaginación. El no consumismo es una manera de encontrar el punto crítico de equilibrio entre la riqueza espiritual y la material.

Durante los últimos siglos hemos estado trabajando para construir una sociedad de consumo y su promesa de utopía. Todas las tareas las llevarían a cabo las máquinas y la gente podría dedicar todo su tiempo a desarrollar actividades espirituales, artísticas y creativas. Ahora hay coches y ordenadores, faxes y teléfonos, lavadoras y calefacción central, y en las tiendas pueden comprarse todo tipo de productos, pero ¿dónde está el tiempo?, ¿dónde están la creatividad y la espiritualidad?, ¿dónde está la utopía?.

6. TRABAJO FÍSICO (Sharirashram) significa practicar diariamente labores manuales. La sociedad mundial se divide en dos partes: aquellos que trabajan con sus manos y aquellos que

disfrutan los frutos del trabajo de los demás. Los campesinos, los granjeros, los oficiales, los trabajadores de las fábricas y demás trabajan duro pero obtienen poco a cambio. Los abogados, los profesores, los contables, los directores, los banqueros, los corredores de bolsa y los terratenientes y aristócratas sólo utilizan sus cerebros y cobran muchísimo.

Siempre hay una profunda tensión entre el que manda y el mandado, entre el trabajador intelectual y el trabajador manual, entre los que manipulan el mercado y las víctimas del mismo. Tal división social es insana. El propósito del trabajo físico es curar esta división. Brinda una oportunidad a todos para que utilicen sus manos tanto como su cabeza. Puede que no alcancemos la paridad total en este campo, pero la meta para los intelectuales, jefes y miembros de la clase media es incluir una cierta cantidad de trabajo manual en su vida cotidiana.

Me inspiraba profundamente saber que Gandhi, a pesar de lo ocupado que estaba, siempre llevaba a cabo tareas como tejer, limpiar los lavabos y asistir a los enfermos durante su jornada. Convirtió la rueca en un símbolo de la independencia política y económica de la India. Trabajar con nuestras propias manos es mucho más que hacer cosas. El trabajo físico es una práctica espiritual. Es un proceso curativo y un antídoto para la alienación y la exclusión. Nuestras manos tienen una tremenda habilidad para la transformación. Un bloque de madera se convierte en una escultura, unos ladrillos en una casa, una madeja de lana en un tapete. Sacrificar el poder de las manos ante el altar de la tecnología sólo puede traer consigo desencanto y confusión mental. Una sociedad inhabilitada es una sociedad degradada.

Necesitamos empezar por el principio. Necesitamos recuperar el trabajo manual en nuestras escuelas. Junto con la lectura, la escritura, las matemáticas y las ciencias, el lenguaje y la literatura, debemos enseñar a los niños a cuidar del jardín, a cocinar, a construir, la carpintería, el cuidado de animales, la música, la danza y otros oficios de la vida. Los niños, al dejar la escuela, deberían saber qué hacer consigo mismos en términos prácticos, y las industrias que destruyen el trabajo manual deberían pagar enormes tasas que se invertirían en mejorar el trabajo artesanal. De todas formas, por sofisticada que sea la tecnología, nunca podrá satisfacer la profunda necesidad que tiene el cuerpo de actuar y hacer cosas. Ni siquiera los buenos resultados que podamos obtener de nuestra profesión pueden substituir el trabajo manual. Gandhi escribió: "Es una tragedia de primera magnitud que millones de personas hayan dejado de utilizar sus manos como manos. La naturaleza nos ha obsequiado con este gran regalo que son nuestras manos. Si la locura de la maquinaria continúa, es muy probable que llegue el día en el que seremos tan inútiles y débiles, que empezaremos a maldecirnos por haber olvidado de cómo usar esas "máquinas vivas" que nos dió Dios. Estos millones de personas no pueden mantenerse en forma practicando juegos y deportes... ¿y por qué iban a cambiar las ocupaciones de siempre, útiles y productivas, por juegos y deportes inútiles, improductivos y caros?."

Todos nosotros deberíamos ser capaces de hacer pan con harina integral. Depender del pan industrial provoca la pérdida de la cultura del hogar. ¿Qué valor tiene un hogar sin una cocina adecuada, donde los miembros de la familia puedan cocinar de forma creativa y con imaginación y celebrar juntos la comida, el trabajo y la vida?

Cuando realizo labores manuales me quedo satisfecho con menos. El trabajo en sí es una fuente de satisfacción. Si no lo tengo me falta algo, no sé qué. Y entonces busco la satisfacción en las compras, pero sigo insatisfecho. Me doy cuenta de que la satisfacción no se deriva de tener cosas, sino que se obtiene cuando el cuerpo y el alma extraen juntos el potencial de la materia al interactuar con ella.

Una mente puramente materialista y utilitaria persigue un solo fin – la producción continua y sin sentido mediante métodos mecánicos. Lo que ha derivado en una pérdida del sentido de la belleza. Hemos creado un mundo feo, y la tragedia es que ya no somos capaces de distinguir entre lo hermoso y lo feo. Es más, con los medios de producción mecanizados se fabrican vasos y platos de papel para que nuestras manos no sean necesarias para lavarlos. Siempre es más fácil y más barato comprar algo nuevo que arreglar lo viejo.

Cuando los artesanos realizan cosas a mano, de manera inconsciente combinan corazón, cabeza y manos. Como resultado, cualquier cosa que hagan resulta bonita, útil y duradera (el principio BUD). Las tribus de muchos lugares del mundo fabrican artefactos, construyen casas, levantan paredes de piedra para sus campos... esos son los conceptos de la belleza exquisita. Hacen todo esto con fines prácticos, estéticos o como ritual. Y esos objetos son duraderos. Cuanto más viejos más atractivos resultan. Siempre pueden repararse. Hacer y arreglar son parte del mismo continuo. El principio BUD es la fuente de la auténtica satisfacción, espiritual, sensual y física.

7. EVITAR EL MAL GUSTO (Aswada). En el caso de la comida, significa no comer alimentos malsanos. Es decir, comida basura, comida rápida, comida procesada, comida importada y demasiada comida. Somos lo que comemos. Con buena comida, el cuerpo y la mente funcionan bien. La mala comida contribuye a tener crisis mentales, ansiedad y una mala salud. Una buena vida no puede construirse desde una mala dieta.

La comida debería ser agradable para los ojos, agradable para la nariz, agradable para la lengua, pero, sobre todo, debería nutrir el cuerpo y el alma. La comida es sagrada. Es un regalo de la naturaleza, y deberíamos tomarla en su forma natural en la mayor medida de lo posible. Hacer política o negocio con la comida es un insulto a nuestro sentido común. Manipular la comida mediante la ingeniería genética y la creación de patentes es una muestra del deseo de dominar los procesos naturales. Patentar la comida es un robo. Con razón se le llama biopiratería. Las naciones dominantes y las grandes corporaciones han creado leyes y reglas para satisfacer sus propósitos en nombre de la nutrición.

La ciencia india clasifica la comida en tres tipos: satvik, rajsik y tamsik. La comida satvik va asociada a la auténtica comida. Es simple, natural, local y de temporada. Pertenecen a esta categoría las frutas, los vegetales, los cereales, las legumbres, los frutos secos y las hierbas. Los nutricionistas indios y doctores “Ayurvedic” consideran que la cocina de la más alta calidad consiste en saborear el gusto natural, el sabor original de la comida con el mínimo de interferencias y procesamientos. Aquellos que se alimentan de comida satvik no necesitan medicinas. Es la dieta de los dioses y los ángeles, de los sabios y los sadhus, de las madres y sus bebés. Agua natural de primavera; leche y yogur frescos sin tratar; arroz puro hervido; patatas cocinadas con su piel; alubias y guisantes; ensaladas de todo tipo; tomillo, romero, salvia, cardamomo, comino, azafrán, albahaca, cilantro, cebollino y otras hierbas; y mangos, manzanas, plátanos y cualquier fruta local son alimentos satvik.

No sólo se trata de lo que comes sino también de cómo lo comes. Cuidar su preparación, compartiéndola y celebrándola, sin prisas, relajadamente, en un ambiente de convivencia contribuye a que la comida sea satvik. Preparar y comer alimentos satvik es una práctica espiritual.

La comida rajsik está asociada al rey Raja. Muy condimentada, estimulante, excitante, generosa

y elaborada. Cebollas, ajos, chili, especias, pepinos, quesos curados, sal, azúcar, conservas, bebidas alcohólicas, té, café, chocolate, helado, comida importada y comida congelada fuera de temporada pertenecen a esta categoría. La comida rajsik es promovida por soldados, comerciantes y personas que anteponen el sabor a la nutrición, el placer a la satisfacción y el diseño al deleite. La comida tamsik va asociada a las fuerzas malévolas que provocan letargo, depresión, enfado, crueldad e intoxicación. Es artificial, violenta y adictiva. Alcoholes fuertes, drogas duras, tabaco, carne, comida pasada, demasiado hecha o quemada y comida robada pertenecen a esta categoría. Comer demasiado también es tamsik.

Algunos lectores pueden oponerse a que la carne se incluya en esta clase, pero los métodos modernos que se utilizan para criar animales en las granjas y matarlos mecánicamente en enormes mataderos implica muchísimo dolor y sufrimiento para ellos. La producción de carne a esta escala también precisa de grandes cantidades de tierras, provocando la extinción de la vida salvaje. En países donde sus gentes sufren malnutrición y viven bajo el límite de la pobreza se siembran enormes cantidades de grano para exportarlas y alimentar a los animales de los países ricos e industrializados a muy bajo coste. Además, los bosques vírgenes están siendo talados para construir granjas y criar ganado de forma que los que comen carne puedan comprar hamburguesas baratas. Todo eso, ¿en beneficio de qué? Comer carne provoca infartos, cáncer y otras enfermedades. Y luego se gastan miles de millones de dólares en el cuidado de la salud. Las propias medicinas son el resultado de crueles experimentos con animales.

Un futuro ecológicamente equilibrado, que respete el medio ambiente y económicamente sostenible debe ser, sin duda, vegetariano. Y los alimentos deben producirse con métodos orgánicos. En el futuro tendremos que volver a la agricultura a pequeña escala, en la que habrá más gente trabajando la tierra y se cultivará el suelo con herramientas más simples. Trabajar en una granja será más parecido a la jardinería que a un negocio de agricultura. Envenenar la tierra con cantidades masivas de abonos químicos para obtener ganancias a corto plazo es en sí mismo un acto tamsik contra la ética de la buena comida. Los métodos basados en permacultura, agricultura biodinámica, granjas forestales y agricultura natural están en sintonía con la comida satvik. El punto esencial de la buena alimentación es practicar la moderación en cualquier circunstancia.

Las categorías de satvik, rajsik y tamsik no son conceptos “herméticos”. Proporcionan un punto de referencia de forma que podamos pasar progresivamente de tamsik a rajsik y a satvik en todo lo posible. Son unos indicadores muy útiles para situar nuestras prioridades. Un estado satvik es una aspiración, más que una regla.

Estas tres cualidades también pueden aplicarse a otras esferas de la vida. Por ejemplo, películas inspiradoras, poéticas, educativas y no violentas pertenecen a la categoría satvik; las películas románticas, entretenidas y de alto presupuesto son rajsik; las películas violentas, pornográficas o deprimentes son tamsik. De forma similar, un hogar simple, bonito, del tamaño adecuado y construido con materiales naturales y locales es satvik. Las casas opulentas, caras, exhibicionistas, lujosas y llamativas son rajsik. Los edificios altos, de alta tecnología, las casas construidas con plástico, amianto y otros materiales artificiales son tamsik. Los castillos construidos para dominar el paisaje y el pueblo son tamsik. Estas cualidades pueden aplicarse a ciudades, transporte, vestido, deporte y otras áreas de la vida. En cada caso, al meditar sobre las tres cualidades uno se encamina hacia la práctica del buen gusto.

8. AUSENCIA DE MIEDO (Sarvatra Bhaya Varjana) quiere decir estar libre de miedos siempre

y en todo lugar. Nuestras vidas están dominadas por el miedo. Miedo a la muerte, miedo a la vejez, miedo a la enfermedad, miedo al desempleo, miedo a fallar, miedo a los superiores, miedo a los inferiores, miedo a la responsabilidad, miedo al compromiso y numerosos miedos que nos provocan un continuo estado de ansiedad. El miedo conduce a la violencia y a la guerra; el miedo evita que busquemos y pronunciemos la verdad; el miedo nos fuerza a robar, nos impide amar, nos hace acumular cosas. El miedo es la raíz de todas las maldades. El miedo es la causa de la inseguridad interior y exterior. Es por el miedo que queremos controlar, dominar y mandar a otros. El miedo destruye la armonía personal y social.

El remedio para los problemas provocados por el miedo es la confianza incondicional en el funcionamiento del universo. Así como confiamos en que el Sol saldrá, el agua calmará la sed, el fuego cocinará el alimento, los barcos surcarán los mares, también debemos confiar en que toda vida, incluso la nuestra, alcanzará su destino.

La mayoría de nuestros miedos son inducidos artificialmente desde la escuela, la familia, el grupo de amigos, los políticos, los medios, las religiones y nuestra propia ignorancia. La gran tarea es liberarnos de todos estos miedos.

En muchas tradiciones religiosas y mitológicas se ha predicado la disolución del ego como el viaje del héroe o el camino del guerrero. Cuando soy capaz de lanzarme para ayudar a alguien sin temer mi propia muerte me convierto en un héroe, porque en ese momento dejo de estar pendiente de mi vida. Si aquel momento de vacío, aquella experiencia de ausencia de ego, aquella dicha puede convertirse en una forma de ser para siempre y en todo lugar, entonces estaré libre de miedos.

Un héroe no es un ser especial, sino que cada persona es un tipo de héroe especial cuando él o ella no sienten miedo. Cada vida es el viaje de un héroe. Cuando confío en el universo no temo asumir riesgos. Si tengo miedo de asumir riesgos, ¿vale la pena vivir?.

Todos los seres humanos forman parte del universo, parte de una red a la que está conectado. Nada existe de forma aislada. Cuando tomo conciencia de esta red de grandes relaciones pierdo la ilusión de mi yo independiente, pierdo el ego, pierdo el sentido de “yo” y de “mío”. Cuando no hay ego, ¿quién teme a quién?.

Cuando dejo de pensar en mí, o de buscarme, entonces dejo de ser tan crítico y prejuicioso hacia los demás. Soy capaz de vivir la vida, más que de preocuparme por ella. Me levanto por la mañana, me lavo los dientes, como una pieza de fruta, cavo el jardín, contesto cartas, hago la compra para mí y para mi vecino enfermo, preparo la comida y la comparto con mi familia, lavo los platos y descanso, leo, escribo, salgo de paseo, asisto a una reunión, hago unas llamadas y por la noche me acuesto. El día siguiente es otro día. Lo que tenga que hacer, lo hago. Sin estar siempre preguntando, compadeciendo, criticando, dudando y, sobre todo, temiendo.

En palabras de Gerald Jampolski, “El amor es desprenderse del miedo”. Siempre estoy buscando el amor pero soy incapaz de amar porque no puedo deshacerme del miedo. Amor es todo lo que necesito. El amor es la fuente de una vida feliz. El amor es mi verdadero destino. En el amor encuentro el sentido de la vida. El amor es la base de toda relación. Busco el amor, pero el miedo me impide dar y recibir, me impide realizarme.

Cuando haya conseguido cultivar la falta de temor en mi vida cotidiana y haya alcanzado la confianza absoluta desde la que fluyen todos mis actos, entonces seré capaz de actuar social,

política y colectivamente sin temor y siguiendo el curso verdadero y correcto. Cuando me halle ante una ley injusta, estaré preparado para enfrentarme a ella y luchar por la justicia, la libertad y la integridad; no temeré las consecuencias, incluyendo la prisión y la muerte, como demostraron Emile Zola, Henry David Thoreau, Martin Luther King y Mahatma Gandhi.

9. RESPETO POR TODA LAS RELIGIONES (Sarva Dharma Samanatva) quiere decir apreciar todas las tradiciones religiosas y tolerar las creencias con las que no estamos de acuerdo. Una religión surge de una condición histórica particular, de un contexto geográfico específico, o de una necesidad social común. Una religión da respuesta a una inquietud espiritual a través de una serie de formulaciones y principios e historias. Siguiendo la revelación original, los maestros, filósofos, teólogos y escritores crean teorías, interpretaciones y comentarios. Los sacerdotes y los predicadores convierten las enseñanzas originales de un gran profeta en dogmas, que luego son interpretados de una manera literal, inflexible y rígida. En consecuencia, se olvidan el espíritu y el significado de las enseñanzas originales y se rinde culto a algo vacío. El ritual adquiere importancia y se convierte en un fin en sí mismo. El reto para un buscador espiritual es despojarse de todo y buscar su propia experiencia. En el fondo, todas las religiones apuntan hacia el mismo deseo: el deseo de amor y compasión, de paz y generosidad, de servicio y serenidad, de ausencia de ego y de autorealización.

De manera simple, los diferentes caminos religiosos son como las diferentes cocinas. Los ingredientes son los mismos: arroz, harina, patatas, vegetales, hierbas, etcétera, pero en las manos de cocineros chinos, indios, franceses, italianos y árabes, esos ingredientes se transforman. Huelen, saben y aparecen muy diferentes, pero todos sirven para satisfacer el hambre. De manera similar el amor, la verdad, la compasión y la caridad desde el punto de vista de las tradiciones religiosas cristianas, hindúes, musulmanas, budistas y judías pueden parecer distintos, pero si se practican de forma sincera todas ellas pueden hacer surgir una transformación de la conciencia que conduzca a la paz y a la igualdad.

Por supuesto que de esas diferentes religiones emergen distintas creencias – creer o no creer en Dios, en la reencarnación, en el cielo y en el infierno, en la virtud y en el pecado. Esas creencias son como las teorías sobre la comida; algunos creen que una infusión de camomila te ayudará a dormir, que el ajo es afrodisíaco, o que una manzana al día mantendrá alejado al doctor - nadie puede determinar con certeza si tales teorías son ciertas o no, o si funcionan para todo el mundo. Por lo tanto no tiene sentido pelearse, discutir o matarse en nombre de una u otra teoría. Los hindúes y los musulmanes podrían coexistir felizmente, como coexisten restaurantes italianos y chinos. Si la gente prefiere la comida china a la italiana o viceversa, dejémosles disfrutar de la comida que prefieran.

Cultivemos el respeto por la diversidad y la pluralidad de las religiones. Si todo el mundo tuviera sólo una religión la situación no mejoraría. La gente inventaría religiones dentro de las religiones, sectas dentro de las sectas. No todos los cristianos han sido célebres por vivir en paz y armonía, ni todos los budistas. Así que el principio de Sarva Dharma Samanatva es dejar que las mil flores florezcan. Así como tenemos multitud de lenguas con sus propias excelencias y perspicacias, es maravilloso que tengamos tantas religiones. El mundo es más rico por esta razón. Si no queremos descartar pequeñas lenguas como el húngaro o el tibetano en nombre de la conveniencia, ¿por qué deberíamos desear que el cristianismo, el islamismo o cualquier otra religión fuera la única válida para todo el mundo?.

La religión no se encuentra en el Corán o en la Biblia, está en nuestros corazones, en nuestras

acciones, en nuestra práctica. La religión no se halla en una iglesia, en una mezquita o en un templo, sino en la forma de relacionarnos con los otros humanos, con los animales, con los bosques, con los pobres y oprimidos, con los enfermos y los moribundos. Creer en esto o en aquello a veces resulta especulativo, más que interesante. Curar al herido, compartirnos con otros, escucharles, ser amables, abiertos y humildes son expresiones inmediatas y prácticas de la verdadera religión. Por lo que uno debería ser libre de practicar la religión que le plazca, pero sin el peso de la responsabilidad, de la arrogancia y la exclusividad.

10. ECONOMÍA LOCAL (Swadeshi) significa desarrollar un sentido de lugar propio y amarlo. Todos tenemos un padre y una madre que nos han traído al mundo. De la misma forma, todos tenemos un sitio donde vivir. Ese sitio nos sustenta, y nosotros debemos sostenerlo a él. Un estado-nación puede tener un gobierno propio, comunidades autosuficientes, vecindarios, distritos, pueblos y bioregiones donde la gente alimenta sus vidas con los productos de sus propias localidades. Cuando todo el mundo se cuida sus parcelas de tierra, entonces todos los lugares estarán cuidados. Cuando prevalece una economía local, el pueblo obtiene un máximo beneficio de sus propios productos y ya no desea poseer ni controlar los recursos de otras localidades. No permiten que nada pueda dañar a sus gentes ni a su entorno. “No en mi terreno” es una formulación perfecta, ya que todo terreno es el terreno de alguien. Si todos están protegidos, ninguno será dañado.

Esto significa: manzanas locales, mantequilla local, verduras locales, queso local, artesanía local, industria local, comercios locales, escuelas locales, hospitales locales... productos y servicios locales antes que otros. El máximo poder económico y político, incluyendo el poder de decidir lo que se importa y se exporta de la comunidad local, está en manos del gobierno local. Durante miles de años, antes de la revolución industrial, el transporte en masa y la energía barata, los pueblos de todo el mundo vivían en relativa armonía con su entorno, fabricando sus ropas, alimentándose de la comida del lugar, cuidando del campo, construyendo hogares, templos e iglesias con materiales locales. Y aún así las ideas, culturas, artes y religiones se esparcieron por todo el planeta, creando una conciencia universal. Pensar globalmente y actuar localmente se ha practicado durante miles de años.

Pero en los tiempos modernos las mentes se han cerrado mientras los mercados se han expandido. Cuando los productos y los servicios eran locales había libertad de movimiento y libertad para que viajaran las ideas. Era una situación mucho más sana y menos perjudicial para el entorno. Ahora los gobiernos imponen severas restricciones a la entrada de inmigrantes, pero en cambio permiten la exportación de sus productos a países donde también abundan. Por ejemplo, la mantequilla de Nueva Zelanda se comercializa en Inglaterra mientras la mantequilla Inglesa se amontona. El vino de California se exporta a Francia mientras este país no sabe qué hacer con sus reservas de vino. Los coches japoneses se imponen en el mercado americano mientras los suyos propios no se venden y permanecen aparcados ocupando una enorme cantidad de espacio. Mientras, el transporte de mantequilla, vino, coches y otros productos provoca la destrucción de la capa de ozono y el calentamiento global. ¿Quién, más que las grandes corporaciones, se beneficia de este movimiento masivo de productos? Las tiendas, industrias y negocios pequeños y locales tienen que cerrarse, mandando a los trabajadores al paro.

El Wuppertal Institute de Alemania formuló esta pregunta: ¿cuántas millas viaja un contenedor de yogur de fresas antes de llegar a la mesa de un hogar de Alemania? Descubrieron que el yogur, incluyendo su vasito de plástico, la etiqueta impresa, el azúcar, la leche y las fresas habían viajado once mil millas. Si aquel yogur fuera un producto local, no hubiera viajado en absoluto.

Una vez E. F. Schumacher me contó una anécdota. Observó un enorme camión que transportaba galletas de Manchester a Londres. Unos minutos más tarde observó otro camión transportando galletas de Londres a Manchester. Puesto que era economista, comenzó a calcular el beneficio económico que podía suponer transportar galletas de Manchester a Londres y viceversa. ¿Cuál podía ser? Si en Londres se deseara consumir una especialidad de galleta de Manchester, el fabricante podría enviar la receta a Londres por correo, o mandar a alguien a Londres para enseñarles el arte de hacer galletas. Schumacher no podía entender qué beneficio se obtenía por utilizar una flota de camiones, congestionando las autopistas, contaminando el aire y manteniendo a los conductores sentados durante horas día tras día en el mejor momento de sus vidas, al servicio de las galletas. Al final, desesperado, se dijo a sí mismo, “Oh!, bien, soy un mero economista y no un nutricionista. ¿Quizás el valor nutricional de esas galletas se incrementa con su transporte!”.

Schumacher no iba en contra del comercio. Era razonable que lo que sólo pudiera fabricarse en Manchester se intercambiara por algo que sólo pudiera fabricarse en Londres. Pero comerciar con productos idénticos no es sano para la economía. El comercio entre naciones y regiones debería ser mínimo.

Esta observación me la narró a principios de los 70, antes de que la globalización de la economía, el dominio de GATT y NAFTA y la obsesión por el comercio mundial fueran tan grandes. Ahora, bajo el régimen de la liberalización, las galletas se transportan desde Manchester a Moscú, desde Londres a Los Ángeles y de Tokio a Toronto.

Si la gente piensa que la economía global se basa en la racionalidad, ¡entonces debería hacerse mirar la cabeza! El comercio mundial es el sistema más irracional que se ha inventado. Todos pierden excepto las grandes corporaciones, y el medio ambiente sufre más que nadie. La globalización de la economía es simple y puro colonialismo, bajo una máscara de comercio libre, progreso, desarrollo, ciencia, tecnología, modernidad... la promesa de la utopía del mañana. Hoy existe un flujo neto de recursos y riquezas desde los países pobres del Sur hacia los países ricos del Norte.

La respuesta a la globalización es swadeshi. Todo lo que se produzca en una localidad debe usarse primero y básicamente por la gente del lugar. Cada comunidad local debería tener sus propios carpinteros, zapateros, albañiles, mecánicos, granjeros, ingenieros, profesores, doctores, banqueros, mercaderes, músicos, artistas y sacerdotes. En otras palabras, cada comunidad local debería ser un microcosmos en el macromundo.

El principio de swadeshi no va en contra de las ciudades, pero sí en contra de que se extiendan creando suburbios y megapolis. Si hubiera ciudades de uno o dos millones de habitantes, rodeadas de cinturones de vegetación y suficientes cantidades de tierra de cultivo y granjas, entonces Nueva York no dependería de la lechuga importada de California y Londres no dependería de las patatas importadas de Egipto.

Swadeshi no se refiere a la autosuficiencia personal o familiar, sino a la autosuficiencia de la bioregión. Junto con el principio de trabajo manual, la economía debería basarse en modos de producción descentralizados, caseros y artesanos, no centralizados y mecanizados. En otras palabras, producción por las masas en lugar de producción en masa.

La producción en masa se refiere al producto, mientras que la producción por las masas tiene que ver con el producto, el productor y con el procedimiento. El sistema industrial depende de estructuras impersonales, alienantes y destructoras, mientras que los métodos de producción a pequeña escala fomentan las relaciones humanas y el respeto por el vecino. La gente cuida de los demás, de los animales, de la tierra y del bosque. Una economía sana es una economía local, y una economía local es una economía sana.

Los campeones de la globalización son los Estados Unidos y Europa Occidental. Dicen practicar la democracia, pero democracia y economía global son contradictorias. Las industrias trabajan de forma anónima. Su poder y riqueza es tal, que muchas naciones pequeñas y pobres, por no mencionar comunidades locales, no son capaces de sobrevivir. Las multinacionales pueden utilizar su fuerza y su dinero para sobornar a funcionarios; pueden contratar a buenos abogados para que interpreten las leyes en su favor; pueden gastar enormes sumas de dinero en recibir e impresionar a políticos, y pueden utilizar su ingenio para derrotar a cualquier contrario.

Si las compañías fuesen pequeñas y locales trabajarían con el apoyo local, según la cultura local y la contabilidad local. Estarían obligados a servir a la comunidad local puesto que obtendrían un beneficio de ella. La ética y la economía irían a la par. Habría más posibilidad de implementar la triple línea de base - el provecho financiero sería necesario para cuadrar con la responsabilidad local y la sostenibilidad medioambiental. Dentro de la economía local el provecho tiene su sitio, pero no se sale de él. En la matriz de la sociedad, el provecho, la cultura, la naturaleza y la espiritualidad completan el cuadro.

11. RESPETO POR TODOS LOS SERES (Sparsha Bhavana) significa que la casta, el color, la clase el credo, el sexo, la edad, la raza y otros distintivos similares no suponen una razón para ensalzar o despreciar a nadie. En la India el sistema de castas convierte a algunas gentes en intocables. En Gran Bretaña el sistema de clases divide a la sociedad. En el Norte de Irlanda la religión separa a las comunidades. En los Estados Unidos el color causa segregación. Hay por tanto una discriminación por razones de sexo, de edad y de raza. La discriminación se practica en la mayoría de las sociedades de una forma más o menos sutil. En muchas culturas los hombres tratan a las mujeres como ciudadanos de segunda clase. Los ricos miran por encima del hombro a los pobres; los inteligentes y educados desprecian a los incultos. El ciudadano mira al pueblerino con desdén. Las sociedades civilizadas, de forma consciente o inconsciente, consideran dispensables a las sociedades primitivas y tribales. Las sociedades industrializadas ven las sociedades agrarias como un atraso.

Desde luego que las actitudes están cambiando, la armonía racial mejora, la intocabilidad en la India se ha ilegalizado y en los Estados Unidos se han recuperado los derechos civiles. Sin embargo, aún estamos muy lejos de establecer la igualdad y el respeto incondicional hacia todos los seres humanos. Y mucho menos hacia las otras especies. Hasta cierto punto el concepto de los derechos humanos se ha convertido en un discurso popular, pero los derechos de los animales y de la vida salvaje, incluyendo a todo el mundo animado e inanimado, apenas se han pronunciado.

La mayoría de la gente piensa y actúa como si Dios hubiese creado a los animales en beneficio del ser humano, de forma que se creen con derecho a cazarlos, matarlos por deporte, montarlos y matarlos para comer. Esta actitud hacia los animales es comparable a pasadas actitudes hacia los esclavos y sirvientes. Se continúa argumentando que los animales no tienen alma y por tanto no tienen más valor que la utilidad que suponen para los humanos. Esta miopía colectiva es la raíz de la crisis ecológica que sufrimos hoy en día. Millones de especies se están extinguiendo porque

los humanos invaden sus hábitats. No creemos que la naturaleza exista por derecho propio. Si vemos una parcela de tierra, automáticamente asumimos que algún individuo o gobierno la posee; si un pedazo de tierra no está siendo utilizado para labrar o para construir, la gente piensa que se está desperdiciando. Si estamos dispuestos a cultivar el respecto hacia todos los seres, entonces necesitamos un cambio radical de actitud.

Desde luego que necesitamos tomar cosas de la naturaleza: madera para la casa, alimento para el cuerpo, lana y algodón para el vestido... pero no debemos tomarlas como un derecho sino como un regalo y sentir agradecimiento hacia la naturaleza. Si tenemos esa actitud, entonces actuaremos con cuidado y respeto porque pensaremos que, al cortar un árbol, no sólo nos llevamos la vida de aquel árbol sino todo un entorno, el hogar de muchos pájaros e insectos, la sombra y el alimento para todo tipo de criaturas. Así que, al podar un árbol, deberíamos plantar cinco en su lugar.

Básicamente es una cuestión de actitud. La actitud que permite a la gente matar animales y arrasar bosques es la misma actitud que permite a las naciones fuertes atacar a las más débiles. Deseo ver el surgir de la era de la ecología. Nosotros los humanos necesitamos redescubrir nuestra humildad y aprender a practicar Sparsha Bhavana hacia todas las especies. Existe un instinto de supervivencia en todas las especies. Necesitamos respetar ese instinto, el derecho a vivir y a florecer.

EN LOS ONCE PRINCIPIOS DE GANDHI existe un concepto común- no puede existir algo como la libertad sin limitación, respeto y responsabilidad. Entender y aceptar los límites es una garantía, un escudo protector de la libertad. Una piel protege mi cuerpo; la piel es el límite de mi cuerpo. Dentro de este límite, mis sentidos, mi corazón, mis venas, mis huesos y numerosos órganos, células y bacterias pueden funcionar libremente. Análogamente mi casa tiene un límite. Dentro de las cuatro paredes de mi casa, vivo libremente, leyendo, escribiendo, cocinando, limpiando, cuidando de mi familia y de mis amigos y mucho más. Mi sociedad también tiene límites. Funcionamos regidos por leyes y reglas. Mis derechos y responsabilidades vienen definidos por dichas leyes. La libertad de discurso, la libertad de reunión, la libertad de movimiento y todas los demás aspectos de la libertad civil los ejercito según las leyes de la tierra. Pero así como hay leyes para el cuerpo, el hogar, la sociedad y las naciones, también hay leyes para la naturaleza.

Algunos de los once principios, como el de no violencia, están planteados en negativo. Su objetivo no es decirme lo que tengo que hacer sino mostrarme cuáles son mis límites y dejar claro que si sobrepaso estos límites pondré en peligro mi libertad. Pero si me mantengo dentro de ellos soy libre de actuar como yo quiera. En términos de no violencia, soy libre de vivir tanto tiempo como otros. En términos de no consumismo, si piso la Tierra con suavidad, la Tierra podrá continuar manteniendo la vida; si vivo de manera simple, los demás podrán simplemente vivir.

Si aceptamos que el cuerpo tiene un límite, que la casa tiene un límite, la nación tiene un límite, ¿por qué nos cuesta aceptar que hay un límite para el crecimiento económico? Desde la publicación de "Limits to Growth" he participado en numerosos encuentros medioambientales, en particular en la conferencia de la ONU en Estocolmo en 1972 y en la Cumbre de la Tierra en Río de Janeiro en 1992. Se paga un servicio para proteger el entorno y conservar la energía, los bosques, la biodiversidad y el mundo salvaje, pero hay una fuerte tendencia a continuar por el camino del crecimiento económico incontrolado. El debate ha continuado durante décadas, pero sin frutos. El modo de vida occidental, basado en la expansión económica, todavía no está abierto

a las negociaciones (parafraseando al Presidente George Bush).

La idea de límite es muy simple. Nace un niño, crece durante unos veinte años, muy despacio, sin darse cuenta, hasta alcanzar su estatura máxima de unos cinco o seis pies. Durante cincuenta años o más mantiene su talla. Este principio de escala puede aplicarse a todo fenómeno natural, aunque está siendo ignorado constantemente por los poderosos. Una organización, un negocio, una industria, una economía local y una economía mundial no deberían ser excepciones.

En el contexto de una cultura de crecimiento como esta, los once principios pueden aparecer como pensamientos beatos o irrelevantes, pero no quiero ser tan pesimista. El Imperio Romano no duró siempre. El Imperio Británico, sobre el que el sol nunca se ponía, llegó a su fin. El control comunista del bloque soviético, antes tan poderoso, forma parte de la historia. Se acabaron la esclavitud y el apartheid, y no hay razón para creer que las fuerzas ecológicamente insostenibles y personalmente insatisfactorias del materialismo que se manifiestan en las economías dominadas por el poder del dinero durarán para siempre. Una vez cambie la conciencia humana, una vez que sepamos cuál debe ser nuestro lugar en el esquema de las cosas, una vez entendamos que hay mucho más en la vida que desear posesiones materiales, y una vez que nos centremos en la importancia de ser más que de tener, observaremos una dramática transformación a nuestro alrededor. Entonces nos lanzaremos a esos once principios como patos al agua.

```
_WidgetManager._Init('http://www.blogger.com/rearrange?
blogID=6299118653309820351','http://geomente.blogspot.com/2007/11/autobiografa-espiritual-por-
satish.html','6299118653309820351');
_WidgetManager._SetPageActionUrl('http://www.blogger.com/display?
blogID=6299118653309820351','x56rBB6zNYuFkRdvXfeNizsHcgg:1290617252103','AOuZoY727O1
vkTyNJzf1FJ4lnfmSwtNU_Q:1290617252103');
_WidgetManager._SetDataContext([{'name': 'blog', 'data': {'title': 'GeoMente', 'pageType': 'item', 'url':
'http://geomente.blogspot.com/2007/11/autobiografa-espiritual-por-satish.html', 'canonicalUrl':
'http://geomente.blogspot.com/2007/11/autobiografa-espiritual-por-satish.html', 'homepageUrl':
'http://geomente.blogspot.com/', 'enabledCommentProfileImages': true, 'searchLabel': '', 'searchQuery':
'', 'pageName': 'Autobiografía espiritual / Por Satish Kumar', 'pageTitle': 'GeoMente: Autobiografía
espiritual / Por Satish Kumar', 'encoding': 'UTF-8', 'locale': 'es-ES', 'isPrivate': false, 'isMobile': false,
'mobileClass': '', 'languageDirection': 'ltr', 'feedLinks': '\74link rel\75\42alternate\42
type\75\42application/atom+xml\42 title\75\42GeoMente - Atom\42
href\75\42http://geomente.blogspot.com/feeds/posts/default\42 ^\76\n\74link rel\75\42alternate\42
type\75\42application/rss+xml\42 title\75\42GeoMente - RSS\42
href\75\42http://geomente.blogspot.com/feeds/posts/default?alt\75rss\42 ^\76\n\74link
rel\75\42service.post\42 type\75\42application/atom+xml\42 title\75\42GeoMente - Atom\42
href\75\42http://www.blogger.com/feeds/6299118653309820351/posts/default\42 ^\76\n\74link
rel\75\42EditURI\42 type\75\42application/rsd+xml\42 title\75\42RSD\42
href\75\42http://www.blogger.com/rsd.g?blogID\0756299118653309820351\42 ^\76\n\74link
rel\75\42alternate\42 type\75\42application/atom+xml\42 title\75\42GeoMente - Atom\42
href\75\42http://geomente.blogspot.com/feeds/2357234710825026935/comments/default\42 ^\76\n',
'meTag': '', 'openIdOpTag': '', 'imageSrcTag': '\74link rel\75\42image_src\42
href\75\42http://3.bp.blogspot.com/_BJhq7znOMJo/Ryo0Cow8rnl/AAAAAAAAAAEc/hZRUYJAUDpI
/s72-c/SatishKumar.jpg\42 ^\76\n', 'latencyHeadScript': '\74script
type\75\42text/javascript\42\76(function() { var a\75window;function c(b)
{this.t\75{};this.tick\75function(d,i,e){e\75e?(new
Date).getTime();this.t[d]\75[e,i]};this.tick(\42start\42,null,b)} var f\75new
```

```
c;a.jstiming\75 {Timer:c,load:f};try {var
g\75null;if(a.chrome\46\46a.chrome.csi)g\75Math.floor(a.chrome.csi().pageT);if(g\75\75null)if(a.gtbE
xternal)g\75a.gtbExternal.pageT();if(g\75\75null)if(a.external)g\75a.external.pageT;if(g)a.jstiming.pt\7
5g} catch(h) {};a.tickAboveFold\75function(b) {b\75b;var d\0750;if(b.offsetParent) {do
d+\75b.offsetTop;while(b\75b.offsetParent)} b\75d;b\74\075750\46\46a.jstiming.load.tick(\42aft\42)};v
ar j\75false;function k() {if(!j)
{j\75true;a.jstiming.load.tick(\42firstScrollTime\42)}}a.addEventListener?
a.addEventListener(\42scroll\42,k,false):a.attachEvent(\42onscroll\42,k;\n }());\74/script\076',
'mobileHeadScript': "}}]);
_WidgetManager._RegisterWidget('_BlogArchiveView', new _WidgetInfo('BlogArchive1', 'sidebar',
null, document.getElementById('BlogArchive1'), {'languageDirection': 'ltr', 'displayModeFull'}));
_WidgetManager._RegisterWidget('_LinkListView', new _WidgetInfo('LinkList1', 'sidebar', null,
document.getElementById('LinkList1'), {}, 'displayModeFull'));
_WidgetManager._RegisterWidget('_ProfileView', new _WidgetInfo('Profile1', 'sidebar', null,
document.getElementById('Profile1'), {}, 'displayModeFull'));
_WidgetManager._RegisterWidget('_HeaderView', new _WidgetInfo('Header1', 'header'));
_WidgetManager._RegisterWidget('_NavbarView', new _WidgetInfo('Navbar1', 'navbar'));
_WidgetManager._RegisterWidget('_BlogView', new _WidgetInfo('Blog1', 'main', null,
document.getElementById('Blog1'), {'cmtInteractionsEnabled': false, 'commentInteractionIframeUrl':
'http://www.blogger.com/comment-interaction-iframe.g?blogId\0756299118653309820351', 'mobile':
false}, 'displayModeFull'));
```