

ACUERDO DE PAZ

para los ciudadanos

¿Qué podemos hacer nosotros los ciudadanos para apoyar el acuerdo de paz?



atman yoga

Tradición Sivananda

Atman yoga es un centro de yoga afiliado de la tradición Sivananda. Fuimos iniciados en esta tradición milenaria de la India que se ha difundido oralmente de Gurú a discípulo a través de toda la historia.

Nuestra visión es la paz en Colombia y el mundo.

Nuestra misión es enseñar y transmitir la filosofía del yoga, su estilo de vida y su práctica espiritual (Sadhana).

Lo hacemos a través de retiros y cursos de yoga, meditación, ayurveda, pensamiento positivo, filosofía vedanta, y ciencias gemelas al yoga.

También apoyamos todo lo que contribuya a la paz y la relación armónica con la naturaleza (ecología).



www.atmanyoga.co

info@atman-yoga.org

Tels.: +(57) (4) 311-11-32 / +(57) 321-812-55-10

Para volverse profesor de yoga: www.sivananda.org



ACUERDO DE PAZ para los ciudadanos

**¿Qué podemos hacer nosotros los ciudadanos
para apoyar el acuerdo de paz?**

Atman Yoga - Tradición Sivananda



ACUERDO DE PAZ **para los ciudadanos**

**¿Qué podemos hacer nosotros los ciudadanos
para apoyar el acuerdo de paz?**

Atman Yoga - Tradición Sivananda
Cristina Mejía Peláez - Nirmala
Volker Dieze - Satyadev

ACUERDO DE PAZ **para los ciudadanos**

© Cristina Mejía Peláez - Nirmala, 2016

© Volker Dieze - Satyadev, 2016

Revisión de textos

Mauricio Correa

Ilustraciones

Daniel Gómez Henao

Fotografía

Pablo Cruz Irastorza

Diseño y Diagramación

Ekanath

Impresión

Impregón S. A.

Impreso en Colombia

Printed in Colombia

Diciembre de 2016

**Este acuerdo de paz tiene el propósito de
apoyar el acuerdo de paz entre el Gobierno
colombiano y las FARC.**



om gam ganapataye namaha



**Dedicado a nuestros maestros
Swami Sivananda, Swami Vishnudevananda,
Swami Swaroopananda, Swami Brahmananda
y todos los Swamis y maestros de nuestra
tradición antes y después de ellos.
También a todos los grandes seres que
han dedicado su vida a la paz.**

ॐ ॐ ॐ

- 11 -
Introducción

- 15 -
Primer Acuerdo:
Práctica Espiritual

- 21 -
Segundo Acuerdo:
Vocación

- 27 -
Tercer Acuerdo:
Recuperar la Sabiduría Ancestral

- 31 -
Cuarto Acuerdo:
Vida Sencilla

- 35 -
Quinto Acuerdo:
Ser el Ejemplo

- 41 -
Sexto Acuerdo:
Sembrar

- 47 -
Séptimo Acuerdo:
Proteger Santuarios Naturales

- 51 -

Octavo Acuerdo:

Alimentación Espiritual (Noviolenta)

- 57 -

Noveno Acuerdo:

Comprar ecológico, local y a precio justo

- 61 -

Décimo Acuerdo:

No cooperar con el mal

- 65 -

Onceavo Acuerdo:

Lucha Noviolenta

- 71 -

Doceavo Acuerdo:

Amar y Perdonar

- 80 -

Anexos

- 80 -

El afán y la ansiedad

- 81 -

El sermón de la montaña

- 82 -

**Vida Sencilla Voluntaria
y la Iguadad Económica**

- 84 -

La economía de la justicia

- 86 -

**La opinión de Gandhi sobre
el servicio militar y las
armas**





Acuerdo de Paz para los ciudadanos

En todos los procesos de paz que ha habido en el mundo –y en todos los movimientos importantes e inspirantes–, los ciudadanos han tenido un papel central. Sin el apoyo de los ciudadanos no se puede lograr nada. El concierto de Juanes por la paz (en la frontera entre Colombia y Venezuela) es tal vez el mejor ejemplo que tenemos para ilustrar esto .



Imágenes del «Woodstock iberoamericano»

Un titular decía: «El Woodstock iberoamericano»². El cantante Danny Rivera comentó: «Este concierto es la semilla que crece en el suelo, los portentos del ser humano se convierten en lluvia, en agua, en viento para que germine el nuevo sueño del ser humano»³. Y la cantante Olga Tañón: «¡Que no haya más fronteras en el mundo, que se comiencen a romper las barreras que nos separan!»⁴.

Por Youtube puedes ver algunos videos.

¹ Se estaba formando una guerra en la frontera de Colombia, Venezuela y Ecuador y Juanes (el cantante Colombiano) organizó un concierto con el objetivo de reafirmar el mensaje antibelicista de que los colombianos, venezolanos y ecuatorianos son hermanos sudamericanos, independientemente de la relación que exista entre la orientación política de los gobiernos de turno.

² ABC.es, 17/03/2008: «Un concierto histórico denominado “Paz sin fronteras”, que semejaba a un “woodstock” iberoamericano, se celebró ayer en el puente internacional Simón Bolívar, que une a Colombia y Venezuela, con la participación de siete afamados artistas de ambos continentes –todos vestidos de blanco–, que por primera vez cantaban juntos» (Ludmila Vinogradoff). Disponible en: http://www.abc.es/hemeroteca/historico-17-03-2008/abc/Espectaculos/un-woodstock-iberoamericano_1641727012829.html

³ Wikipedia: «Paz sin fronteras». Disponible en: https://es.wikipedia.org/wiki/Paz_sin_fronteras

⁴ Ibid.



Miremos lo que dicen Gandhi y Mandela al respecto:

Nos hemos acostumbrado a pensar que el poder reside solamente en el gobierno. Considero esta creencia como un grave error, causado por la inercia o por una especie de hipnotismo... El gobierno no tiene poder, ni siquiera existencia, independientemente del pueblo. Convencer al pueblo de esta simple verdad ha sido mi tarea en los últimos veintiún años (Gandhi).

Debemos aceptar que la responsabilidad del final de la violencia no es únicamente del gobierno, la policía y el ejército sino que también es nuestra. Deberíamos poner orden en nuestra casa (Mandela).

Si de verdad queremos pasar de lo que llamaba Swami Sivananda «la paz del temor y la preparación para la guerra» a la «paz estable y duradera», nos tenemos que involucrar todos los ciudadanos. Como dice la historiadora colombiana Diana Uribe: «Los procesos de paz son decisiones históricas. No estamos condenados a la guerra»⁵. La decisión de lograr la paz es una decisión individual. El presente acuerdo de paz es una propuesta sobre los compromisos que podemos hacer los ciudadanos para lograrla y va dirigido a la causa del conflicto.

Para más información sobre el tema de cada acuerdo, recomendamos leer: World peace de Swami Sivananda y nuestros libros: Yoga para la paz, Yoga y ayurveda para la paz, Yoga para principiantes, Jardinería kármica, Pensamiento positivo, Ecología védica, y Gandhi: la esencia de su enseñanza. Los puedes imprimir sin ningún costo en: www.atmanyoga.co

⁵Recomendamos ver por youtube: Diana Uribe “Proceso de paz Colombia” y Diana Uribe dejemos de matarnos.”





Paz interior para paz exterior.



Primer Acuerdo

Me hago responsable de mi salud, mi bienestar y mi paz interior. Todos los días voy a hacer una práctica espiritual que me conduzca a la paz mental, al amor incondicional y a la conciencia de unidad.

Esta práctica puede ser el yoga, la meditación, la oración o cualquier otra.

Y debe ser enseñada por un maestro.



Acuerdo 1

Me hago responsable de mi salud, mi bienestar y mi paz interior. Todos los días voy a hacer una práctica espiritual que me conduzca a la paz mental, al amor incondicional y a la conciencia de unidad. Esta práctica puede ser el yoga, la meditación, la oración o cualquier otra. Y debe ser enseñada por un maestro.

La prueba para saber si lo que estoy haciendo es una práctica espiritual, es que cuando la haga se acaben todos los conflictos y enemistades, sin que tenga que pasar algo en el exterior. Y cuando esto pasa, comprobamos a través de la experiencia que «no hay enemigos exteriores».

Gandhi decía lo siguiente al respecto: «Soy indiferente a la forma. En relación a esto, cada uno tiene su propia ley. No obstante, existen algunos caminos bien trazados y siempre es más seguro caminar por las sendas trilladas que hollaron los antiguos maestros».

La forma de contribuir activamente a la paz del mundo es encontrando este estado de paz primero individualmente. Solo podemos prender el fuego en otras personas cuando tengamos el fuego prendido dentro de nosotros mismos. Y solamente en este estado de paz tomaremos decisiones sabias y estratégicas.

El TTC (Teacher Training Course. Profesorado de yoga de la tradición Sivananda) fue diseñado por nuestro maestro Swami Vishnudevananda con la intención de formar líderes y profesores de yoga para que experimenten este estado de paz y enseñen a otros como alcanzarlo. Para más información visita www.sivananda.org.

Es en la tranquilidad y la quietud de la noche que la semilla germina. Los capullos florecen en la profundidad de las horas más silenciosas. De la misma manera, es en el estado de paz y de amor que las personas evolucionan, crecen en sus distintas culturas y desarrollan civilizaciones perfectas. En la paz y la calma se facilita la evolución espiritual (Swami Vishnu Devananda).

Que cada «Sí» a la paz tenga el compromiso de encontrarla dentro de nosotros mismos.

No se nos otorgará la libertad externa más que en la medida exacta en que hallamos sabido, en un momento determinado, desarrollar nuestra libertad interna. Y si es cierta esta apreciación de la libertad, debemos consagrar todas nuestras energías a reformarnos interiormente. Así, la independencia caerá como un fruta madura (Gandhi)

Dado que la purificación es altamente contagiosa, la purificación de uno mismo conduce necesariamente a la purificación de lo que nos rodea (Gandhi).



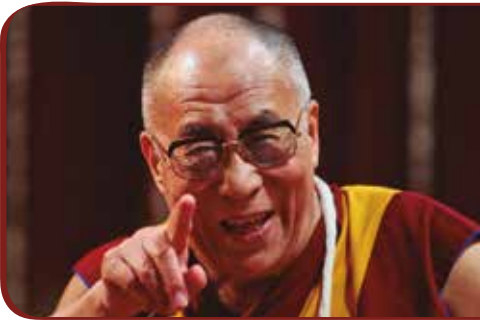
Por lo tanto, realizar una práctica espiritual (y enseñarla para que muchas personas en el mundo la hagan diariamente) es el punto central de esta propuesta. Una de las maneras más directas para lograr esto es cambiar el servicio militar por un entrenamiento para lograr la paz interior y la tecnología de la no violencia. En el apéndice 5 encuentras la opinión de Gandhi al respecto.

Paralelamente a esto, es importante que se enseñe y practique yoga, meditación y otras prácticas espirituales en los colegios y universidades, parques públicos, lugares estratégicos con población vulnerable y cárceles.

Swami Sivananda dice lo siguiente al respecto:

Universidades espirituales e institutos de yoga deben abrirse por todo el mundo. Las naciones gastan una tercera parte de sus ingresos en armamento. Si solo un poco de estos recursos se invirtiera en ashrams de yoga-vedanta y entrenando profesores de yoga, habría paz en el mundo.

*“Una nación que gasta más dinero en armamento militar que en programas sociales se acerca a la muerte espiritual”
(Martin Luther King).*



Si les enseñamos a meditar a todos los niños de ocho años, acabaremos con la violencia en solo una generación (...). A través de la paz interior se puede conseguir la paz mundial. Aquí la responsabilidad individual es bastante clara, ya que la atmósfera de paz debe ser creada dentro de uno mismo. Entonces se podrá crear en la familia y luego en la comunidad (Dalai Lama).

*Cualquier acuerdo de paz sin una base espiritual, fracasará completamente en su intento de traer paz duradera y felicidad al mundo
(Swami Sivananda).*

Jesús decía al respecto: «Conoced la verdad y ella os hará libres»; «El reino de los cielos está aquí y ahora dentro de vosotros».



Padre Gabriel Mejía (fundador de Hogares Claret)

Este padre paisa (de Medellín) rehabilita a jóvenes delincuentes y drogadictos a través de lo que él denomina la comunidad terapéutica, la meditación trascendental y la terapia del amor. Es un santo en vivo. Recomendamos ver sus videos en Youtube, que son muy inspiradores. Pero lo más importante que nos da este padre es una mirada más real de lo que es verdaderamente el conflicto que estamos viviendo y su verdadera causa. En estas palabras que las sacamos de su libro gandioso: La terapia del amor, se resume muy bien su punto: "La droga tiene buen gusto: atrapa siempre a los chicos más sensibles, más conectados con el alma del mundo, más tiernos y bondadosos, que huyen porque no soportan el dolor de un mundo equivocado que los golpea"
(Padre Luis Amigó).

Teniendo en cuenta que la salud es la base para alcanzar cualquier meta en la vida, me hago responsable de mi salud y bienestar. Para lograr esto, voy a dormir suficiente (teniendo en cuenta que las horas que más recuperan y regeneran son las hora que uno duerma antes de las 12 de la noche), me voy a alimentar saludablemente y voy a hacer ejercicio diariamente (el ejercicio más eficiente para la salud es el yoga).



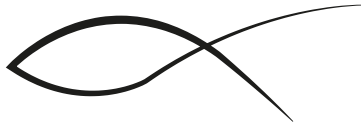
***“Sed como vuestro Padre que está en los cielos,
que hace salir el sol sobre malos y buenos, y que
hace llover sobre justos e injustos.”***

Jesús



Segundo Acuerdo

Voy a ejercer mi vocación trabajando en algo que beneficie al mundo a todos los niveles, y a todos sus seres. Y voy a asegurarme de que el producto que haga o el servicio que preste le pueda llegar a todos.



Voy a ejercer mi vocación trabajando en algo que beneficie al mundo a todos los niveles, y a todos sus seres. Y voy a asegurarme de que el producto que haga o el servicio que preste le pueda llegar a todos.

La razón por la cual el planeta todavía sobrevive es porque hay muchos seres que lo están manteniendo con su vocación (incluyendo seres humanos).

El equilibrio del planeta se sostiene porque la tierra produce comida. Los árboles, y sobre todo las algas en el mar, convierten el dióxido de carbono en oxígeno. El agua quita la sed y hace posible la vida, las abejas polinizan las flores, el sol calienta, brilla, da energía. Todos realizan su vocación.

Si, por ejemplo, al sol se le ocurriera hacer otro trabajo y no el suyo, habría un caos. Imaginémonos lo que pasaría en el cuerpo si el hígado no supiera cuál es su vocación y tratara de hacer el trabajo de otro órgano. Ocurriría el mismo caos que estamos provocando los seres humanos en el planeta.

Por lo tanto, es importante que seamos conscientes de nuestra vocación –swadharma– y que la entreguemos al servicio del planeta. Y de la misma manera que el corazón le manda sangre oxigenada a todas las células de cuerpo, nos debemos enfocar en que el servicio que estemos prestando, le llegue a todos los seres que lo puedan necesitar.

Debemos seguir el ejemplo de la naturaleza y de todos los sistemas en balance, como el cuerpo humano. El sol brilla para todos –y no cobra–, los árboles y las algas producen oxígeno y muchas más bendiciones –y no cobran impuestos–, los árboles nos ofrecen también sus frutas, semillas, flores... –y no las patentan–. Imagínate lo que pasaría si el corazón solamente le mandara oxígeno a las células que le paguen por adelantado.

En una sociedad dhármica –sabia– quien esté involucrado con la comida –que siembra, reparte o cocina– se debe enfocar principalmente en que todos los seres de este planeta estemos bien alimentados. Y, por supuesto, en que se acabe el hambre. El enfoque de las personas que trabajan con el agua debe ser: cómo hacer para que todos tengamos agua potable suficiente gratis. Los que se encargan de construir viviendas se deben enfocar en cómo hacer para que todos podamos vivir decentemente. La misión de los economistas y los financistas es hacer que todos los seres prosperen. La misión de los biólogos es hacer que la vida florezca en el planeta. La de los médicos es promover la salud, enfocándose en prevenir las enfermedades. La del profesor de yoga es propagar las enseñanzas del yoga a todos los seres humanos, para promover salud, paz mental y conciencia de Amor y Unidad.



La solución al problema es seguir el ejemplo que nos da constantemente la naturaleza: empezar dando, y luego recibir con naturalidad.

El mundo existe de tal forma, que si la gente pusiese de lado su voluntad humana, y en su lugar fuese guiada por la naturaleza, no habría razón para el hambre (Fukuoka).

Consideramos que sería muy conveniente que en la feria de la ciencia en los colegios y en los trabajos de investigación en las universidades se promoviera esta intención de sacar productos y servicios gratis y accesibles a todos.

Esto, como todo, lo debemos practicar de adentro hacia afuera. Esto quiere decir que debemos empezar sirviéndonos a nosotros mismos, luego a nuestra familia, después al barrio, la ciudad, el país, y así sucesivamente hasta alcanzar a toda la humanidad.

El primer paso que tenemos que dar para volvernos proactivos por la paz y sanar el planeta es servir al mundo con nuestra vocación. Trabajar en algo dhármico¹ es una de las piedras angulares de nuestra propuesta.

*“Si un hombre es llamado a ser barrendero, debería barrer las calles incluso como Miguel Ángel pintaba, o como Beethoven componía música o como Shakespeare escribía poesía. Debería barrer las calles tan bien que todos los ejércitos del cielo y la tierra puedan detenerse a decir: aquí vivió un gran barrendero que hizo bien su trabajo”
(Martin Luther King).*

“No pienses qué puede hacer tu país por ti, sino qué puedes hacer tú por tu país” (Kennedy).

“Que sea el servicio el eje de tu vida y no el pan cotidiano” (Gandhi).

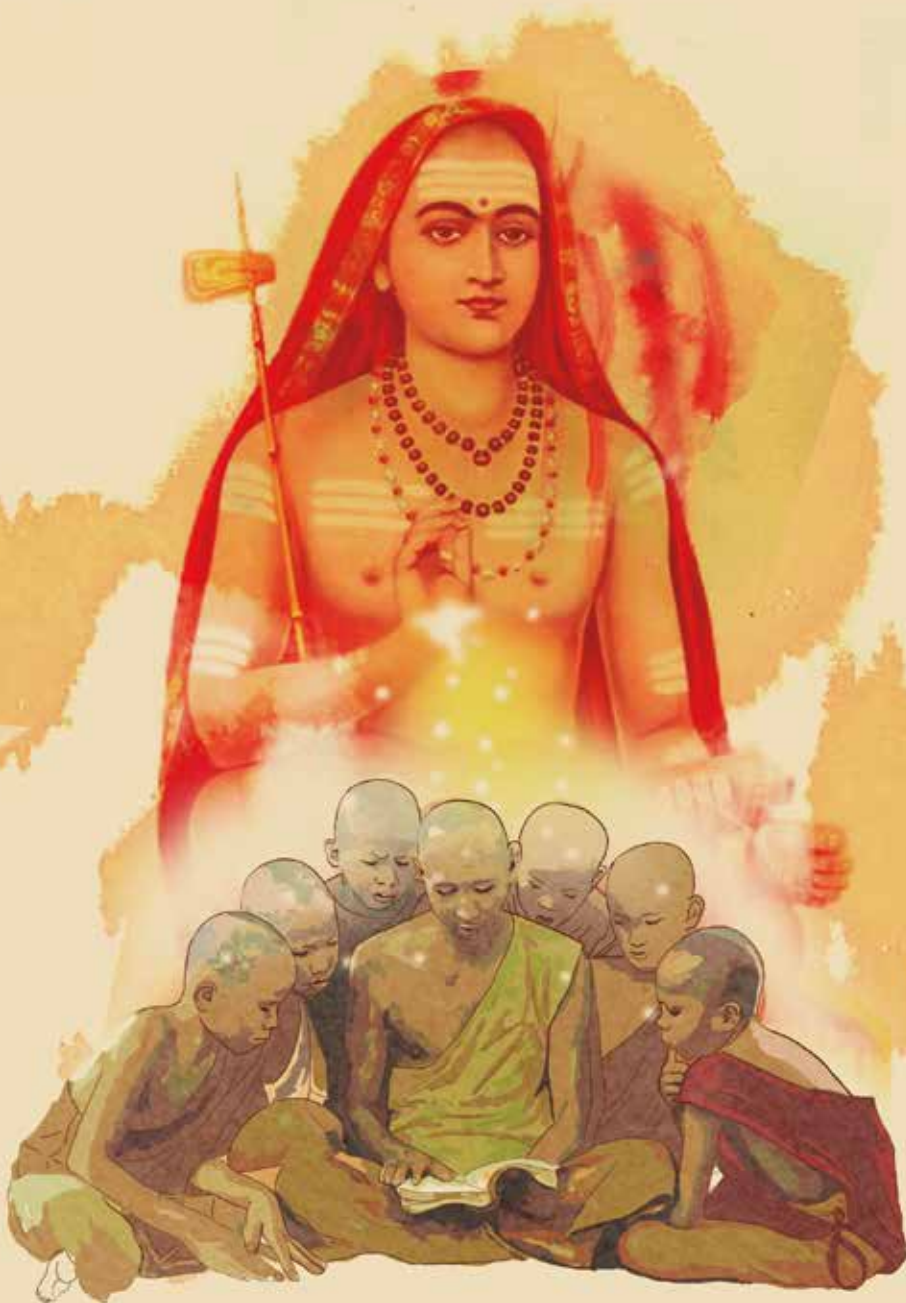
Martin Luther King decía que si uno no ha encontrado una causa por la cual daría la vida, no ha empezado a vivir.

En el apéndice 1 encuentras unas palabras hermosas de Jesús alusivas al tema.

¹ Dharma: Lo que promueve el bienestar y la armonía a toda la Creación



***“Nunca olvidemos que
el verdadero poder es el servicio”
Papa Francisco***



“Si existe la siguiente combinación: Un Maestro, las escrituras sagradas y un verdadero discípulo, entonces es seguro que lograrás un lugar más allá de las ataduras”. Swami Sivananda



Tercer Acuerdo

*Voy a recuperar la sabiduría ancestral
estudiando las escrituras sagradas,
idealmente con un maestro que las
conozca y encarne su sabiduría. Esto es
una transmisión directa, de corazón a
corazón.*

हरि ॐ

Voy a recuperar la sabiduría ancestral (brahma vidya) estudiando las escrituras sagradas, idealmente con un maestro que las conozca y encarne su sabiduría. Esto es una transmisión directa, de corazón a corazón.

Swami Sivananda dice lo siguiente al respecto: «Si existe la siguiente combinación: un maestro (acharya), las escrituras sagradas (jnana-sastras) y un verdadero discípulo, entonces es seguro que lograrás un lugar más allá de las ataduras».

Voy a estudiar también la vida de los grandes sabios, y voy a transmitirle a los niños los cuentos y parábolas con enseñanza espiritual.

Para lograr la paz también es importante estudiar los procesos de paz exitosos que ha habido en el mundo. Como dice Diana Uribe (la historiadora colombiana), si queremos la paz lo primero que tenemos que hacer es creérnosla. Y estudiar otros procesos de paz ayuda muchísimo a este propósito.

Nelson Mandela cuenta en su autobiografía que lo que más le impulsó a hacer lo que hizo fueron las historias de héroes africanos que le contaban todas las noches los ancianos en su tribu cuando estaba pequeño. Y Gandhi decía al respecto: “Me atrevo a pensar que las escrituras sagradas del mundo son estudios mucho más seguros y profundos sobre las leyes de economía que muchos de los manuales modernos”.



“He tomado sobre mis espaldas el monopolio de mejorar solo a una persona. Esa persona soy yo mismo y sé cuán difícil es conseguirlo”.
Gandhi



Cuarto Acuerdo

Voy a “ser el ejemplo del cambio que quiero ver en el mundo”. Lo que quiera ver en el mundo lo voy a empezar a crear en mi propia casa y en mi lugar de trabajo. Por ejemplo, es ahí donde debo empezar a desaparecer la desigualdad y la inequidad. Solo voy a exigir a otros lo que yo esté practicando en mi propia vida.

राम



Voy a “ser el ejemplo del cambio que quiero ver en el mundo”. Lo que quiera ver en el mundo lo voy a empezar a crear en mi propia casa y en mi lugar de trabajo. Por ejemplo, es ahí donde debo empezar a desaparecer la desigualdad y la inequidad.

Solo voy a exigir a otros lo que yo esté practicando en mi propia vida. Hay una historia muy linda de Gandhi, que ilustra este tema: Una mujer fue a visitarlo con su hijo para pedirle que le dijera que no comiera tanto dulce porque era diabético. Gandhi le dijo que por favor volviera al mes siguiente. Cuando pasó el mes volvieron y Gandhi le dijo al niño que no siguiera comiendo dulce y el niño no volvió a comer más cosas dulces. Después la mamá le pregunto que por qué simplemente no se lo había dicho la primera vez. Y Gandhi le respondió que no se lo había dicho porque hasta el mes pasado él mismo estaba todavía comiendo dulce.

Mi fuerza se basa en mi actitud de no pedir a la gente nada que no haya probado repetidamente en mi vida (Gandhi).

Recién, cuando haya hecho con mi propia vida, estaré en posición de predicar este ideal entre mis compañeros y vecinos (Gandhi).

Solo he conocido una manera de llevar a cabo cualquier tarea misio-nera: el ejemplo personal (Gandhi).

Mi único objetivo es demostrar que todo aquel que quiera seguir adelante con experiencias propias, debe comenzar consigo mismo (Gandhi).

El estado al que aspiramos debe crecer en nuestro interior (Gandhi).

Jesús nos enseña también que si un ciego guía a otro, caen los dos en el hueco.





***Swami Giveananda. Copy right free Swami.
Private property free Swami. A su alrededor
todo era gratis.***



Quinto Acuerdo

Me comprometo a vivir una vida sencilla que proteja la naturaleza y a poner al servicio de la comunidad cualquier bien que tenga en exceso. Lo que yo crea que el gobierno debe hacer, lo voy a hacer yo mismo.



Me comprometo a vivir una vida sencilla que proteja la naturaleza y a poner al servicio de la comunidad cualquier bien que tenga en exceso. Lo que yo crea que el gobierno debe hacer, lo voy a hacer yo mismo.

Vida sencilla y pensamiento elevado (Swami Sivananda).

En un artículo en el que Swami Sivananda narra cómo llegó Dios a su vida, encontramos lo siguiente al respecto: «Si había un remedio eficiente para la malaria, yo sentía que el mundo entero lo debería saber inmediatamente. Estaba siempre ansioso de adquirir cualquier conocimiento sobre cómo prevenir enfermedades, promocionar la salud y la cura de enfermedades, para compartirlo con todos». Lo llamaban Swami Giveananda (el swami que da) porque su vida fue un ejemplo de esta enseñanza. Era un copyright free Swami (un Swami libre de patentes y derechos de autor) y un private property free Swami (una persona libre de propiedades privadas). Swami Atmananda (uno de sus discípulos que esta todavía vivo) cuenta que cuando uno estaba alrededor de Swami Sivananda eso significaba que todo era gratis.

También decía:

La mejor forma de caridad es compartir los conocimientos propios, o Vidya-dana. Si alimentas a un pobre, necesitará más alimento cuando vuelva a sentir hambre, pero la sabiduría destruye la ignorancia, que es la causa que nos hace adquirir este cuerpo, y elimina totalmente y para siempre todo tipo de miserias y sufrimientos. La segunda mejor forma de caridad es proporcionar medicina al enfermo. La tercera es proporcionar alimento al hambriento, o Anna dana. Haz caridad discriminadamente al principio. Pero practica luego una caridad sin discriminación. Cuando uno siente que todos los seres son una misma manifestación del Señor, resulta difícil discriminar entre quién es bueno y quién es malo. Da al pobre, al enfermo, al indefenso y al abandonado. Da a los huérfanos, al decrepito, al ciego, a las viudas indefensas. Da a los Sadhus, o peregrinos, a los Sanniasins, o monjes, a las instituciones religiosas y sociales. Agradece a quien pide limosna la oportunidad que te ofrece de servirle haciendo caridad. Da con la actitud mental adecuada y realiza a Dios a través de tus actos caritativos. Gloria a aquellos que hacen caridad con el espíritu adecuado.

Este punto va directamente a resolver lo que los guerrilleros pregonan como su causa: erradicar la inequidad y la desigualdad. Creer que puede haber paz con inequidad y desigualdad es una gran ilusión.

Nelson Mandela dice lo siguiente al respecto:

La pobreza no es un accidente. Como la esclavitud y el apartheid, es una creación del hombre, y por lo tanto puede eliminarse con las acciones de los seres humanos. Erradicar la pobreza no es un acto de caridad, es un acto de justicia. Mientras exista la pobreza no habrá verdadera libertad.

Gandhi decía lo siguiente: «La pobreza es la peor forma de violencia». «Si la avaricia no existiera, no habría ocasión para los ejércitos».

En el Apéndice 3 encuentras un discurso grandioso de Gandhi donde describe cómo erradicar la pobreza y la desigualdad. En el apéndice 4 encuentras otro discurso de Gandhi buenísimo sobre la economía en palabras de la biblia y en el apéndice unas palabras grandiosas de Jesús sobre el afán y la ansiedad.





Masanobu Fukuoka





Sexto Acuerdo

Voy a empezar a sembrar mi propia comida, y a conocer y relacionarme con todas las personas que me provean cualquier servicio o producto. Paso a paso me voy a mover hacia una comunidad campesina autosuficiente, basada en principios espirituales donde me pueda conectar otra vez con la magia de la vida que se produce cuando puedo ver cómo se crea todo lo que necesito, desde el principio hasta el producto final. Empezaré a vivir una vida local, cerca de la fuente de la vida.

“El paraíso es un jardín donde el hombre es libre de moverse por donde quiera, pero donde tiene todo al alcance de su mano”

Génesis.

“... Y volverán sus espadas en rejas de arado y sus lanzas en hoces; no alzaré espada nación contra nación, ni se adiestrarán más para la guerra”

Isaías; 2,4.



Voy a empezar a sembrar mi propia comida, y a conocer y relacionarme con todas las personas que me provean cualquier servicio o producto. Paso a paso me voy a mover hacia una comunidad campesina autosuficiente, basada en principios espirituales donde me pueda conectar otra vez con la magia de la vida que se produce cuando puedo ver cómo se crea todo lo que necesito, desde el principio hasta el producto final. Empezaré a vivir una vida local, cerca de la fuente de la vida.

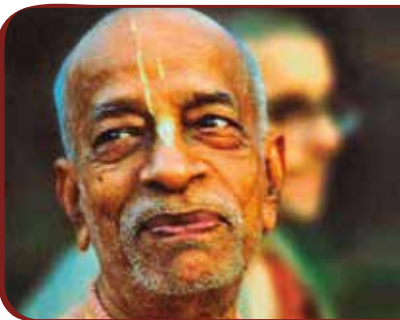
Lo más eficiente que podemos hacer, desde cualquier punto de vista, es vivir cerca de las fuentes de la vida: la comida, el agua y el aire puro.

Estas son algunas citas al respecto:

«El paraíso es un jardín donde el hombre es libre de moverse por donde quiera, pero donde tiene todo al alcance de su mano» (Génesis).

«... Y volverán sus espadas en rejas de arado y sus lanzas en hoces; no alzará espada nación contra nación, ni se adiestrarán más para la guerra» (Isaías; 2,4).

Gandhi decía que la India debía centrarse en lo que él llamaba «repúblicas aldeanas, organizadas en círculos oceánicos». Con esto quería decir que cada aldea debía ser autosuficiente y producir algo extra para ofrecerle al mundo. Así era como funcionaba la India antes de que entrara la industria. Esos reinos competían haciéndose regalos. Por ejemplo, uno le regalaba a otro el conocimiento y las semillas para producir comida para todos sus habitantes; y el otro pensaba cómo haría para superar ese regalo, y le regalaba al otro el conocimiento para iluminarse. Ese es el tipo de competitividad que se debería promover.



Srila Prabhupada dijo, en una visita a los líderes de las islas Mauricio en 1975, lo siguiente: «Veo que las islas tienen suficiente tierra como para producir comida para todos los habitantes. Y lo que entiendo es que en vez de producir comida están sembrando caña de azúcar para exportar, ¿Por qué? Primero siembren comida suficiente para alimentarse ustedes mismos, y si les queda tiempo y les sobra comida, entonces exporten lo que les sobre».



Viloma, discípulo de Gandhi, decía lo siguiente:

La economía correcta es la siguiente: el campesino dueño del terreno debe hilar el algodón hasta convertirlo en tela. Esta tela lo debe vestir a él, a su familia y a la aldea. Si sobra algo, se puede exportar.

El mundo existe de tal forma, que si la gente pusiese de lado su voluntad humana y en su lugar fuese guiada por la naturaleza, no habría razón para el hambre. Si plantas un grano de arroz, se convierte en más de mil granos. Una hilera de nabos puestos en abono basta para todo el invierno. Si sigues esta línea de pensamiento, tendrás suficiente para comer, más que suficiente, sin tener que luchar. Pero si en lugar de ello te decides a tratar de ganar dinero, entonces subes abordo del tren del beneficio y este se aleja contigo dentro. El agricultor haría mucho mejor en cultivar los alimentos que necesita, sin pensar en ganar dinero (Masanoba Fukuoka).

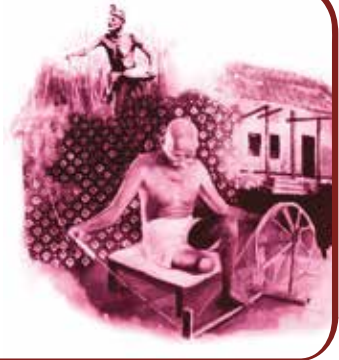
«Lo que se debe globalizar es el conocimiento y la compasión, y no los productos y la ansiedad» (M. Fukuoka).

Srila Prabhupada –maestro espiritual de los vaishnavas– no recomendaba hacer grupos de presión frente a los políticos. Decía que lo mejor que se puede hacer es mostrar una comunidad agraria autosuficiente, que funcione bien. «Si estos proyectos se vuelven exitosos –le escribió a un discípulo–, la industria se cierra. No tenemos que hacer ningún tipo de propaganda, la gente simplemente no la va querer». Estas soluciones son mejores que las marchas, los grupos de presión o las campañas.

«Primero la rueca¹ y después las marchas» (Gandhi).

«La verdadera libertad está en la rueca» (Gandhi).

No se puede erigir la no violencia en una civilización fabril, pero sí se puede hacerlo en las ciudades autosuficientes. La economía rural, tal como la concibo, evita por completo la explotación, y la explotación es la esencia de la violencia. Por lo tanto, debéis tener un criterio campesino antes de ser no violentos (Gandhi).



Recomendamos leer: “La Revolución de una Brizna de Paja” de Fukuoka.

¹ La rueca es el instrumento con que Gandhi cocía su propia ropa y entusiasmaba a los hindúes a hacer lo mismo. Era su símbolo de libertad, porque les daba autonomía e independencia.

Poco a poco viviré en una vivienda autosuficiente, construida con amor y con los seis principios de la arquitectura sostenible.

***Seis principios básicos de la arquitectura sostenible
Sin cuentas y sin contaminación***



Este tipo de construcción se inspira en los árboles, los cuales cogen su energía para vivir del sol, el viento y la lluvia. El agua que se usa en estas casas es la que cae en su techo. Y toman toda su energía del sol, el viento y el éter. Coge lo que le da el entorno naturalmente, evitando cualquier tipo de explotación. Genera comida y se mantiene en un clima agradable, sin usar petróleo ni materiales fósiles. Todo esto, con la intención de que seamos libres (sin cuentas de luz, agua y saneamiento). Nuestra vida sea más simple y nos podamos dedicar a tareas más importantes.

1. Construir con materiales naturales locales y/o reciclables

2. Recolectar y utilizar agua de lluvia y de nieve

3. Usar el agua de lluvia eficientemente, y tratar el agua para no contaminar

4. Mantener la temperatura agradable en cualquier clima, sin utilizar energía fósil y sin generar cuentas (de la luz, el agua, etc.)

5. Producir la propia energía eléctrica, a través de las energías etérica, eólica y solar, o con pequeñas hidroeléctricas locales

6. Producción de comida.



*“Si somos la especie más inteligente del planeta,
¿cómo es que lo estamos destruyendo?”
Jane Goodall*



Séptimo Acuerdo

Después de hacer todos los cambios pertinentes en mi propia vida para proteger a la Madre Tierra, me comprometo a proteger todos los santuarios naturales que todavía quedan en el planeta, y a recuperar y generar muchos más; como los corales, humedales, selvas, ríos, océanos, nacimientos de agua, etc. Me voy a volver activista en la lucha por evitar que se sigan destruyendo los ecosistemas sagrados en nombre de «el progreso y el desarrollo», y voy a ayudar y apoyar la generación y recuperación de muchos más.

También me comprometo a recuperar el conocimiento ancestral, para integrarme a ellos.

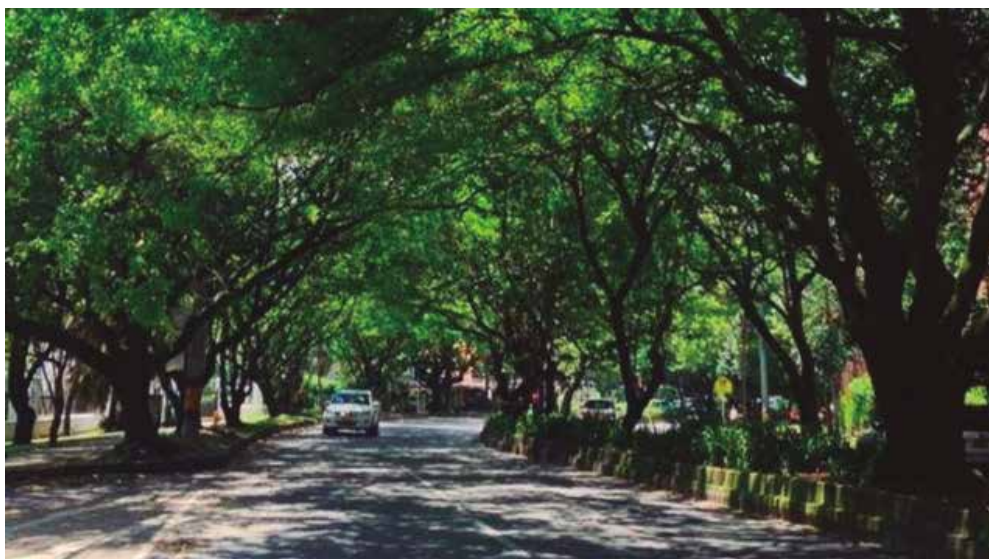


Después de hacer todos los cambios pertinentes en mi propia vida para proteger a la Madre Tierra, me comprometo a proteger todos los santuarios naturales que todavía quedan en el planeta, y a recuperar y generar muchos más; como los corales, humedales, selvas, ríos, océanos, nacimientos de agua, etc. Me voy a volver activista en la lucha por evitar que se sigan destruyendo los ecosistemas sagrados en nombre de «el progreso y el desarrollo», y voy a ayudar y apoyar la generación y recuperación de muchos más.

También me comprometo a recuperar el conocimiento ancestral, para integrarme a ellos.

Si conservamos la naturaleza y nos conectamos con ella, tenemos la posibilidad de que todos los seres de este planeta tengan aire puro, agua potable, comida saludable y buenos rayos solares gratis. Si la seguimos destruyendo, para lo único que va a servir todo el dinero del mundo será para prenderle fuego o para jugar monopolio. Por eso, conservar los lugares sagrados, regenerar muchos más y recuperar la sabiduría ancestral, para conectarnos con ellos, es lo más importante en este momento de la historia. La base para lograr la paz o cualquier otra meta es la ecología.

En Medellín hay un ejemplo muy inspirante sobre este punto: El túnel verde. Este es un movimiento de jóvenes ciudadanos que lograron detener la tala de un túnel verde de árboles que querían tumbiar en nombre del progreso y desarrollo.



Sobre este tema recomendamos nuestro libro: Ecología védica. Sobre todo la conclusión: «carta del jefe Seattle al presidente de Estados Unidos».



*“Los animales son mis amigos y yo no me como
a mis amigos”.*

San francisco de Asís.



Octavo Acuerdo

No voy a comer animales y no voy a apoyar de ninguna manera la matanza masiva de nuestros hermanos menores. Mi alimentación será saludable y espiritual (sin violencia), para que apoye mi progreso espiritual. Será orgánica, local, vegetariana y a precio justo.



No voy a comer animales y no voy a apoyar de ninguna manera la matanza masiva de nuestros hermanos menores. Mi alimentación será saludable y espiritual (sin violencia), para que apoye mi progreso espiritual. Será orgánica, local, vegetariana y a precio justo.

Este es un punto básico para el proceso de paz. Tolstoi decía lo siguiente al respecto: "Mientras existan mataderos habrá campos de batalla".

El ganador del premio Nobel, Issac Bashevis Singer, dijo lo siguiente: "En su conducta hacia los animales todo hombre es un nazi. La vanidad con la que el hombre puede hacer con otras especies lo que le plazca ejemplifica las teorías racista más extremas: el principio de que el poder tiene la razón".

La difusión del vegetarianismo fue una de las misiones de Gandhi. En sus palabras:

*"Para mí, la vida de una oveja o de un cordero no es menospreciada que la de un humano. Siento que el progreso espiritual nos demanda que dejemos de matar y comer a nuestros hermanos, criaturas de Dios, solo para satisfacer nuestros pervertidos y sensuales apetitos. No comer carne constituye, sin la menor duda, una gran ayuda para la evolución y paz de nuestro espíritu. Mantengo que la supremacía del hombre sobre los animales inferiores, no significa que aquél debe destruirlos para vivir él, sino al contrario, que el superior debe proteger al inferior y que debe desarrollarse entre ambos una solidaridad similar a la que existe entre los hombres. Cuanto más indefensa está una criatura, más derecho tiene a que el hombre la proteja de la crueldad del hombre. **La grandeza de una nación y su progreso moral pueden ser juzgados por la manera en que sus animales son tratados.**"*

La protección a las vacas me resulta uno de los fenómenos más maravillosos en la evolución humana. Por lo tanto, es, en mi opinión, algo sublime.

En el momento en que hayamos restablecido la verdadera igualdad en la vida de todos los hombres, podremos restablecer la igualdad entre el ser humano y toda la creación. Cuando llegue ese día, tendremos paz en la tierra y buena voluntad entre los hombres."



Jane Goodall dice lo siguiente: "Hasta que no amemos a algún animal, una parte de nuestra alma seguirá dormida". También dice: "¿Cómo pudimos creer que era buena idea cultivar nuestra comida con veneno?"

Otras citas:

"La gente dice con frecuencia que los humanos siempre han comido carne. De acuerdo con esta lógica no deberíamos tratar de evitar que la gente mate a otra gente". (Isaac Bashevis - escritor estadounidense).

*"Los animales existen por sus propias razones. No fueron hechos para los humanos, de la misma manera en que los negros no fueron hechos para los blancos o las mujeres creadas para los hombres".
(Alice Walter - escritora estadounidense).*

*"Llegará un tiempo en que los seres humanos se contentarán con una alimentación vegetal y se considerará la matanza de un animal como un crimen, igual que el asesinato de un ser humano".
(Leonardo Da Vinci)*

Para más información sobre este tema recomendamos: Yoga y ayurveda para la paz





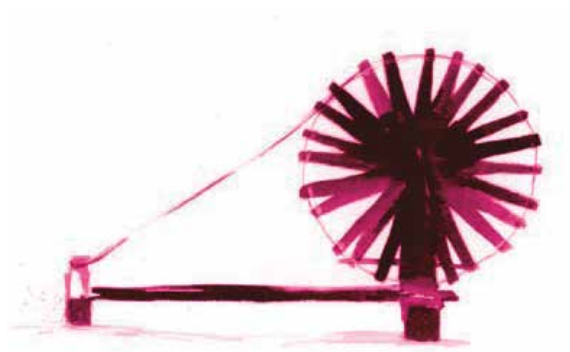
“Primero la rueca y después las marchas. La verdadera independencia está en la rueca.”
Gandhi





Noveno Acuerdo

***Todo lo que compre será ecológico, local y
a precio justo.***



Todo lo que compre será ecológico, local y a precio justo.

Gandhi decía lo siguiente al respecto: La explotación es la esencia de la violencia. Tan pronto como el espíritu de la explotación desaparezca, los ejércitos se percibirán como una carga positivamente insoportable. Es pecaminoso comprar y usar artículos producidos con la explotación del trabajador.

También le decía al virrey de Inglaterra: Si la explotación de la India no cesa, esta morirá desangrada.

El principio de la no violencia necesita la total ausencia de cualquier tipo de explotación. El auténtico desarme no llegará, a menos que las naciones del mundo cesen de explotarse las unas a las otras. El trabajador debe estar seguro, no tan solo de que tendrá un salario para poder vivir, sino también de que tendrá una labor cotidiana, que no sea un oficio de esclavo (Gandhi).

Y esto lo logramos dejando de comprar este tipo de productos.



Jane Goodall dice lo siguiente: “¡Piensa cada día en las consecuencias de tus acciones, en lo que comes, lo que compras, en qué medio te mueves! Estos detalles tienen gran significado. Si los consideramos se produce un cambio sin precedente. Tenemos el tiempo justo. ¡Hazlo ya!

Pepe Mujica dice lo siguiente al respecto: “Los consumidores tenemos el poder, pero hace falta que nos lo creamos, lo ejerzamos y lo asumamos. Se trata de consumir menos y mejor. Y cambiar el rumbo”.



*También dice en otro discurso que puedes ver por youtube lo siguiente:
Inventamos una montaña de consumo superflúo. Y tirar y vivir comprando y tirando. Y lo que estamos gastando es tiempo de vida. Porque cuando yo compro algo o tú, no lo compras con plata. Lo compras con el tiempo de vida que tuviste que gastar para tener esa plata. Pero con esta diferencia: la única cosa que no se puede comprar es la vida. La vida se gasta. Y es miserable perder la vida para perder la libertad.*



“Según las decisiones que como individuo tomas en relación con tu dinero, estás favoreciendo un tipo de realidad social u otra”.

Joan Antoni Melé.



Décimo Acuerdo

No voy a apoyar o contribuir con todo lo que produzca violencia, como las armas, drogas, ganadería, minería, petróleo, etc. Los tres puntos principales para lograr esto, son:

- No consumir los productos de estas empresas.***
- No trabajar en ellas.***
- No invertir dinero en ellas.***



No voy a apoyar o contribuir con todo lo que produzca violencia, como las armas, drogas, ganadería, minería, petróleo, etc. Los tres puntos principales para lograr esto, son:

- No consumir los productos de estas empresas.**
- No trabajar en ellas.**
- No invertir dinero en ellas. Y no pagar impuestos para la guerra, para no financiarla.**

Con tu dinero puedes hacer tres cosas: comprar algo, ahorrar o donarlo. Y según las decisiones que como individuo tomas en relación con tu dinero, estás favoreciendo un tipo de realidad social u otra. Por lo tanto, el poder del ciudadano no reside tanto en su voto, como en la dirección a la que dirija su dinero. De esta manera, nuestro dinero se convierte en un instrumento de transformación social. Esta es una propuesta concreta y eficiente para cambiar la dirección del mundo
(Joan Antoni Melé).

No cooperar con el mal, es un deber sagrado (Gandhi).

Recomendamos ver por youtube los videos de Joan Antoni Melé y leer sus libros: Dinero y conciencia ¿A quién sirve mi dinero? y La economía explicada a los jóvenes.



***“No olviden que todo lo que Hitler hizo en
Alemania era legal”
Martin Luther King***





Onceavo Acuerdo

Me comprometo también a luchar contra todas las injusticias con toda, pero con la tecnología de la no violencia: acción estratégica y eficiente, pero no violenta. Tomo el voto universal de la no violencia.



Me comprometo también a luchar contra todas las injusticias con toda, pero con la tecnología de la no violencia: acción estratégica y eficiente, pero no violenta. Tomo el voto universal de la no violencia.

Esto es lo que llamaba Gandhi: No cooperación no violenta con el mal, y la desobediencia civil a la tiranía. En sus palabras:

La desobediencia civil se convierte en un deber sagrado cuando el Estado actúa fuera de la ley o, lo que es lo mismo, se vuelve corrupto.

En tanto que la superstición de que los hombres deben obedecer leyes injustas exista, siempre va a existir esclavitud.

Cuando alguien comprende que obedecer leyes injustas es contrario a su dignidad de hombre, ninguna tiranía puede dominarle.

Es contrario a nuestra humanidad si obedecemos las leyes que repudia nuestra conciencia. Tal enseñanza se opone a la religión y significa esclavitud.

“Los responsables de nuestra sujeción no son tanto los fusiles británicos como nuestra colaboración voluntaria.

*“No olviden que todo lo que Hitler hizo en Alemania era legal”
(Martin Luther King)*

Con respecto al potencial de la fuerza de la no violencia, Gandhi decía lo siguiente: «La no violencia es la fuerza más grande que existe a disposición del ser humano. Es más poderosa que el arma de destrucción más potente ingenjada por la ingenuidad del hombre».

Para entender la tecnología de la no violencia, recomendamos leer: Gandhi: la esencia de su enseñanza. Lo puedes descargar gratis en: www.atmanyoga.co
<http://www.atmanyoga.co/es/wp-content/uploads/libros/gandhifinal.pdf>



Con respecto a este punto hay que entender que esto no es algo para rebeldes sin causa. Veamos lo que dice Gandhi:

Antes de que alguien pueda dedicarse a la desobediencia civil, debe haber sido respetuoso hacia las leyes del Estado. Un satyagrahi obedece las leyes de la sociedad con inteligencia y por sus propios deseos de hacerlo, porque considera que constituye su deber sagrado el hacerlo. Únicamente cuando una persona ha obedecido escrupulosamente las leyes de la sociedad, está en condiciones de juzgar, si alguna ley en particular es buena o justa, o es injusta y perniciosa. Solo entonces tiene el derecho a la desobediencia civil con respecto a ciertas leyes, en circunstancias bien definidas.

Y para estar apto para este tipo de resistencia debemos dominar primero lo que llama Swami Sivananda “no cooperación con la mente, con la mente impura y baja, que te lleva a realizar todo tipo de malas acciones”. “A la par con la no cooperación en el campo político, Gandhi estaba arduamente practicando esta no cooperación espiritual. Por eso es que se convirtió en un Maharishi (gran sabio)” (Swami Sivananda).





Gobierno te
Metiste Con la
Generación Equivocado

*“Muchas veces estuvieron a punto de tumbar mi avión, y a todos los derroté con una flor.”
Swami Vishnudevananda*





Doceavo Acuerdo

Me voy a desarmar (incluye puños, insultos y pensamientos negativos) y voy a dominar la tecnología de desarmar a los que yo creo que son mis oponentes, cambiando las piedras por argumentos fuertes, y dando golpes de conciencia y amor.

Mi meta no es derrotar a mis oponentes sino convertir a mis enemigos en amigos. En los debates, me voy a enfocar en «llegar a la verdad», como decía Sócrates, y no en ganar el debate. Todo esto, con la tecnología de la comunicación no violenta.



Me voy a desarmar (incluye puños, insultos y pensamientos negativos) y voy a dominar la tecnología de desarmar a los que yo creo que son mis oponentes, cambiando las piedras por argumentos fuertes, y dando golpes de conciencia y amor.

Mi meta no es derrotar a mis oponentes sino convertir a mis enemigos en amigos. En los debates, me voy a enfocar en «llegar a la verdad», como decía Sócrates, y no en ganar el debate. Todo esto, con la tecnología de la comunicación no violenta.

ॐ नमो नारायणाय
OM NAMO NARAYANAYA
Chant for World Peace

Nuestro maestro Swami Vishnudevananda era un experto en este arte. Mientras vivió veía los noticieros todos los días para ver donde había conflicto y guerras. Y con su avión llegaba a estos lugares armado con flores y panfletos con mensajes de paz. Y como él lo cuenta, cada que lo iban a atacar y a tumbar su avión, los derrotaba con una flor. Esto lo puedes ver por youtube: *In the name of peace* (también traducida al español).



Gandhi decía lo siguiente:

El problema de una bomba atómica no se resuelve produciendo otra más potente. Se debe luchar para cambiar las cosas, no para castigar al enemigo.

Tengo como finalidad ganarme las amistades del mundo entero. Pero puedo combinar perfectamente el amor más elevado con la oposición más irreductible a todo lo que sea injusto."

La prueba de oro de la no violencia es que un conflicto no violento no deje atrás ningún tipo de rencor, y que al final los enemigos se conviertan en amigos.

Fue esta rara combinación de energía para resistir la injusticia y su capacidad para amar a sus oponentes lo que desarmó a sus enemigos y ganó su admiración. Aunque era completamente firme en sus principios e ideales, le daba siempre una salida noble al enemigo.



Mandela iba todavía más allá. Como Jesús, convertía a sus enemigos en aliados de su causa. En sus palabras:

Al salir por la puerta hacia mi libertad, supe que si no dejaba atrás toda la ira, el odio y el resentimiento, seguiría siendo un prisionero. Si no perdonas, nunca serás libre. No perdonar es como beber un vaso de veneno y esperar que tus enemigos mueran. El perdón es el principal elemento para lograr la paz y el amor.

Nadie nace odiando a otra persona por el color de su piel o su origen o su religión. La gente tiene que aprender a odiar, y si podemos aprender a odiar, también podemos aprender a amar. El amor llega más naturalmente al corazón humano que su contrario.

Cuando salió de la cárcel (después de veintisiete años), le dijo a los blancos: «Los perdono y los necesito para crear una nueva Suráfrica. Esta Suráfrica que vamos a crear es para todos y es de todos».

Si quieres hacer la paz con tu enemigo, tienes que trabajar con él. Entonces se convierte en tu compañero.

Recomendamos mucho leer el libro: La sonrisa de Mandela, de John Carlin. En este libro los mismos oponentes de Mandela explican cómo los conquistó y los puso a trabajar en su causa.

Pepe Mujica dice lo siguiente, que es muy práctico: «Si tú empiezas despreciando a quien tienes que convencer, jamás le podrás ganar. Porque no se gana con desprecio y con bofetadas; se gana con paciencia, inteligencia y respeto».

La primera lección que aprendió Pelé de su primer entrenador (que fue su padre) fue la siguiente: «El que se pone bravo pierde. Te debes concentrar en meter goles (goles de conciencia). Si peleas con otros jugadores pierdes el partido (el debate)».



Sri Sri Ravi Shankar (gurú de las FARC) nos dejó este mensaje:

Producir dolor a otros no nos traerá ningún beneficio a nosotros. La venganza: «Ojo por ojo» y diente por diente no nos llevará a ninguna parte. Esto solo volverá al mundo más ciego. El ciclo de la violencia debe romperse en algún punto. Me duelen mucho los recientes asesinatos de líderes sociales en Colombia. Pero en este momento pueden escoger entre la justicia o la paz.

La justicia social es el primer peldaño de la espiritualidad. Y la espiritualidad trae justicia social. Lo uno va con lo otro.

Todos son víctimas. No hay nadie a quien culpar. Cuando entiendes que el culpable también es víctima, por la paz debemos caminar una milla extra.

Yo veo a todo el mundo como parte de mí. Toda persona estresada y tensa es totalmente diferente, y ellos están así (las FARC). Para una madre, si el niño está llorando y haciendo pataleta –lo que sea que esté haciendo el niño–, la madre sabe por qué no comió, por qué no durmió; ve más allá de su comportamiento. Yo no veo el comportamiento de ellos, veo la causa de ese comportamiento. Y la causa es el estrés y la falta de este conocimiento, la falta de tranquilidad.

Una guerra o un conflicto empieza cuando se rompe la comunicación. La paz no es solamente la ausencia de conflicto. Es un estado positivo que todos tenemos adentro. Es la paz interior la que puede llevar paz a la familia que puede llevar paz a la sociedad y a la larga al mundo.

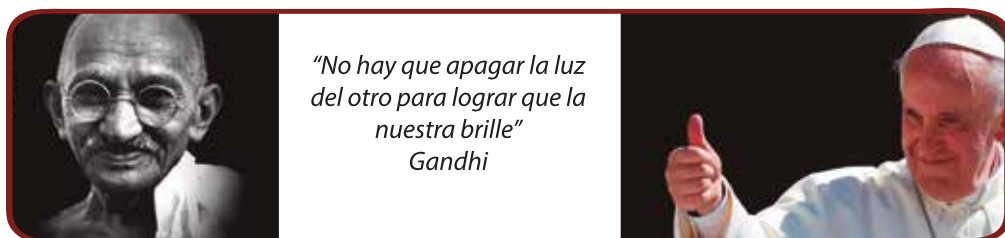
A las FARC les dijo lo siguiente:

Las FARC acogerán los principios de Gandhi para lograr la justicia social. Podemos tener nuestras metas políticas. Mantengan sus ideales políticos. No renuncien a su causa, pero con un nuevo experimento, una nueva visión de no violencia. Si ustedes mandan el mensaje de que son no violentos, si el gobierno hiere aunque sea a una sola persona, toda la comunidad internacional responsabilizará al gobierno. Y los van apoyar porque ellos van a decir: "Miren a esa gente, están haciendo resistencia con los principios de Gandhi".

Tomen su tiempo. Pero lo antes que se haga, y si se hace sorpresivamente va a hacer más impacto y va a tener mejor resultado.

Recomendamos ver el siguiente video en Youtube («The Guru and the FARC»):
<http://www.srisriandfarc.com/>

En el apéndice 6 encuentras una entrevista muy bonita de él.



***Las dos caras de la violencia son: el victimario y la víctima
 Debemos salir de las dos.***





**“Soy el amo de mi destino,
Soy el capitán de mi alma”**

William Ernest Henley

Anexos

Apéndice 1

El afán y la ansiedad

“Por lo tanto os digo: No os afanéis por vuestra vida, qué habéis de comer o qué habéis de beber, ni por vuestro cuerpo, qué habéis de vestir. ¿No es la vida más importante que el alimento y el cuerpo más que el vestido?”

Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros; y vuestro Padre celestial las alimenta. ¿No valéis vosotros mucho más que ellas? ¿Y quién de vosotros, por ansioso que esté, puede añadir una hora al curso de su vida? Pues si no podéis ni aun lo que es menos, ¿por qué os afanáis por lo demás?

Y por el vestido, ¿por qué os afanáis? Considerad los lirios del campo, cómo crecen: no trabajan ni hilan; pero os digo, que ni aún Salomón con toda su gloria se vistió así como uno de ellos. Y si la hierba del campo que hoy es y mañana se echa al horno, Dios la viste así, ¿no hará mucho más a vosotros, hombres de poca fe?

No os afanéis, pues, diciendo: ¿Qué comeremos, o qué beberemos, o qué vestiremos? Porque los gentiles buscan todas estas cosas; pero vuestro Padre celestial sabe que tenéis necesidad de todas estas cosas. ***Mas buscad primeramente el reino de Dios y su justicia, y todo lo demás vendrá por añadidura.***

No temas, rebaño pequeño, porque vuestro Padre ha decidido daros el reino. Vended vuestras posesiones y dad limosnas; haceos bolsas que no se deterioran, un tesoro en los cielos que no se agota, donde no se acerca ningún ladrón ni la polilla destruye. Porque donde esté vuestro tesoro, allí también estará vuestro corazón.

Así que no os afanéis por el día de mañana; que el día de mañana se ocupará de sí mismo. Basta a cada día su propio afán o tarea.”

Lucas 12, 22-34 y Mateo 6, 25-34

El sermón de la Montaña

Cuando Jesús vio a las multitudes, subió al monte; y después de sentarse, sus discípulos se acercaron a El. Y abriendo su boca, les enseñaba, diciendo:

Habéis oído que se dijo: ``OJO POR OJO Y DIENTE POR DIENTE''. Pero yo os digo: No resistáis al que es malo; antes, a cualquiera que te hiera en la mejilla derecha, vuélvele también la otra; y al que quiera ponerte a pleito y quitarte la túnica, déjale también la capa; y a cualquiera que te obligue a llevar carga por una milla, ve con él dos. Al que te pida, dale; y al que te quite lo que es tuyo, no se lo reclames. ***Traten a los demás tal y como quieren que ellos los traten a ustedes.***

Oísteis que fue dicho: Amarás a tu prójimo, y aborrecerás a tu enemigo. Pero yo os digo: ***Amad a vuestros enemigos, bendecid a los que os maldicen, haced bien a los que os aborrecen, y orad por los que os ultrajan y os persiguen; para que seáis hijos de vuestro Padre que está en los cielos, que hace salir su sol sobre malos y buenos, y que hace llover sobre justos e injustos.*** Porque si aman a los que los aman, ¿qué mérito tienen? Porque también los pecadores aman a los que los aman. Si hacen bien a los que les hacen bien, ¿qué mérito tienen? Porque también los pecadores hacen lo mismo. Si prestan a aquéllos de quienes esperan recibir, ¿qué mérito tienen? También los pecadores prestan a los pecadores para recibir de ellos la misma cantidad. Ustedes, por el contrario, amen a sus enemigos, háganles bien y denles prestado sin esperar nada a cambio. Así tendrán una gran recompensa y serán hijos del Altísimo, porque él es bondadoso con los ingratos y malvados. Sean compasivos, así como su Padre es compasivo.

Mateo 5, 38-48 Lucas 6, 27-36

Apéndice 3

La vida sencilla voluntaria y la igualdad económica **Gandhi**

Un sistema de gobierno no violento es claramente imposible mientras permanezca el inmenso abismo entre los ricos y los millones de personas hambrientas. El contraste entre los palacios de Nueva Delhi y los vecinos, miserables tugurios de la pobre clase trabajadora, no puede durar un solo día en una India libre en la cual los pobres disfrutarán en la tierra del mismo poder que los más ricos. Una revolución violenta y sangrienta es segura, si no hay una voluntaria abdicación de las riquezas y del poder que las riquezas dan, dividiéndolas equitativamente para el bien común.

Mi idea de la sociedad es que si bien todos nacemos iguales, entendiendo por esto que todos tenemos derecho a iguales oportunidades, no todos tienen la misma capacidad. Está en la naturaleza de las cosas que eso sea imposible. Por ejemplo, no todos pueden tener la misma altura, color, grado de inteligencia, etc.; por lo tanto está en la naturaleza de las cosas que algunos tengan mayor capacidad para ganar dinero y otros no tanto. La gente talentosa tendrá mayor capacidad y utilizará sus talentos con ese fin. Si utilizan sus talentos legítimamente, estarán realizando el trabajo del Estado. Esas gentes deben actuar como depositarios y nada más. Si no se le permitiera a un intelectual ganar más, constreñiría su talento. Pero el volumen mayor de sus ganancias tiene que ser usado en bien del Estado, así como las entradas de los hijos que ganan dinero van a parar al fondo común familiar.

La real implicación de una distribución igualitaria es que todos los hombres deben tener el dinero necesario para proveer a sus necesidades naturales y nada más. Por ejemplo, si alguien tiene un metabolismo débil y solo necesita un cuarto de libra de harina para su pan y otro necesita una libra, ambos deben estar en posición de satisfacer sus necesidades.

Poner en acto este ideal exige que se reconstruya el orden social entero. Es para mí tan claro como la luz del día que la no posesión y la igualdad presuponen un cambio de corazón, un cambio de actitud. Cuando quienes me rodean mueren por falta de alimento, la única ocupación que me está permitida es la de alimentar a los hambrientos.

La sociedad basada en la no-violencia no puede alimentar otro ideal. Quizá no seamos capaces de lograr esta meta, pero debemos tenerla presente y trabajar por ella incesantemente. En la medida en que avancemos hacia nuestra meta, gozaremos de contento y felicidad y también en esa medida habremos contribuido a poner en acto una sociedad no violenta.

Si algún día lográsemos la igualdad, las bases deben ser puestas ahora. Los que piensan que las mayores reformas vendrán después de la llegada del Swaraj (libertad), se están ilusionando en cuanto al funcionamiento elemental del Swaraj no



violento. Éste no caerá imprevistamente del cielo en una bella mañana, sino que debe ser construido ladrillo sobre ladrillo con un autoesfuerzo enlazado. Nosotros hemos hecho un buen camino en esta dirección. Pero debe ser recorrida una distancia mucho más larga y agotadora, antes de poder ver el Swaraj en su magnífica imponentia. Cada miembro del Congreso debe preguntarse qué ha hecho para obtener la igualdad económica. El futuro dependerá de lo que hagamos en el presente.

Cómo hacerlo en la práctica

Consideremos ahora cómo se puede realizar una distribución igualitaria mediante la no-violencia. El primer paso es que, quien ha hecho de este ideal parte de su ser, efectúe en su vida privada los cambios necesarios. Ha de reducir sus exigencias al mínimo, teniendo presente la pobreza de la India. Sus ganancias han de estar limpias de deshonestidad. Tiene que renunciar al deseo de especular. Su morada debe estar en armonía con su nuevo modo de vida. Ha de ejercer la autorrestricción en cada una de las esferas de su existencia. En la organización, tenemos miembros del Congreso adinerados. Ellos deben tomar la iniciativa. Esta batalla brinda la ocasión para un examen de conciencia por parte de cada miembro del Congreso. Recién cuando haya hecho cuanto es posible con su propia vida, estará en posición de predicar este ideal entre sus compañeros.

En realidad, esta doctrina de la distribución igualitaria se basa en la administración fiducia de los ricos, dada la riqueza superflua que poseen. Según esta doctrina, éstos no pueden poseer una rupia más que sus prójimos. ¿Cómo se logra esto? ¿Con violencia? ¿Habrán que quitarles a los ricos sus posesiones? Hacer esto exigiría que recurriéramos naturalmente a la violencia. Sin embargo, esa acción violenta no beneficiaría a la sociedad. La sociedad se empobrecería porque habría perdido los dones del individuo que sabe cómo acumular riquezas. Por lo tanto, el camino no violento es evidentemente superior. Se le dejará al hombre rico la posesión de su riqueza, que utilizará razonablemente, según lo exijan sus necesidades personales, actuando como fideicomiso del resto para que la use la sociedad. En este planteamiento, queda tácito que se cuenta con la honestidad fideicomisa.

¿Qué debe hacerse si a pesar de la mejor buena voluntad, los ricos no se convierten en guardianes de los pobres, en el verdadero sentido, y los aplastan más y más hasta obligarlos a morirse de hambre? Al tratar de encontrarle una solución a este rompecabezas, me encontré con que los medios adecuados e infalibles son la no cooperación no violenta y la desobediencia civil. El rico no puede acumular riqueza sin la cooperación social del pobre. Si este concepto penetrara y se expandiera entre los pobres, éstos se volverían más fuertes y aprenderían a liberarse, mediante la no-violencia, de las aplastantes desigualdades que llevan al borde de la inanición.

Apéndice 4

La economía de la justicia Gandhi

En sus palabras:

La verdadera economía nunca conspira contra las normas éticas más elevadas, así como la verdadera moral, para merecer su nombre, pero tiene que ser al mismo tiempo una buena economía. La economía que inculca la adoración a Mammon y permite que el fuerte acumule riquezas a expensas del débil es una ciencia falsa y funesta. Suena a muerte. La verdadera economía, por otra parte, favorece la justicia social, suscita el bien de todos por igual, incluyendo al débil y es indispensable para una vida decente.

Me atrevo a pensar que las escrituras sagradas del mundo son estudios mucho más seguros y profundos sobre las leyes de la economía que muchos de los manuales modernos.

«No os preocupéis por el día de mañana», es un precepto que encuentra eco en casi todas las escrituras religiosas del mundo. En una sociedad bien ordenada, el asegurar el sustento de alguien debería ser la cosa más fácil del mundo. Las necesidades primarias deberían estar disponibles para todos o deberían estarlo, tanto como lo están el aire y el agua de Dios. Lo ideal sería que el sol fuera nuestra única cocina, pero sé que estamos muy lejos, lejísimos de ese estado de bienaventuranza. De hecho, la prueba de la buena organización de un país no es el número de millonarios que posee, sino la ausencia de hambre en la población.

«Qué difícil es que los que tienen riquezas entren en el reino de Dios. ¡Hijos, qué difícil es entrar en el reino de Dios! Es más fácil que un camello pase por el ojo de la aguja, que el que un rico entre en el Reino de Dios». Aquí tienen una regla eterna de la vida en las palabras más nobles que un idioma es capaz de producir.

Quizá el más claro de todos los testimonios para responder a la pregunta antes formulada, ¿se opone el progreso económico al progreso verdadero?, son las vidas de los grandes maestros del mundo: Jesús, Mahoma, Buda, Nanak, Kabir, Chaitania, Shankara, Dayanand, Ramakrishna, fueron hombres que ejercieron una influencia inmensa y moldearon el carácter de miles de personas. El mundo es más rico porque ellos han vivido en él. Y eran hombres que deliberadamente abrazaron la pobreza como su destino.



No debería haber desarrollado mi argumento de esta forma, si no creyera que, en la medida en que nosotros hemos convertido la moderna locura materialista en nuestro objetivo, vamos retrocediendo en el camino del progreso. Afirmando que el progreso económico, en el sentido expuesto, es opuesto al progreso verdadero. De ahí que el ideal antiguo haya sido la limitación de las actividades que promueven la riqueza.

Que no se puede servir a Dios y a Mammon, es una verdad económica del más alto valor. Tenemos que elegir nuestra opción... He oído que muchos de nuestros compatriotas dicen que conseguiremos la riqueza americana, pero evitaremos sus métodos. Me aventuro a sugerir que tal tentativa estaría condenada al fracaso. No podemos ser sabios, moderados y furiosos al mismo tiempo.

¿Qué le quedará al hombre si gana el mundo entero y pierde su alma?

Busquemos primero el reino de Dios y su honradez y la promesa irrevocable hará que todo lo demás se os dé por añadidura. Ésta es la verdadera economía. Ojalá ustedes y yo podamos atesorarla y la hagamos cumplir en nuestra vida.

Apéndice 5

La opinión de Gandhi sobre el servicio militar y las armas

La posición de Gandhi frente a las fuerzas militares y las armas era muy clara. Creía que el servicio militar y todo lo relacionado con las fuerzas militares debían ser reemplazados totalmente por lo que él denominaba satyagraha: la no cooperación con el mal, sin violencia pero con una acción estratégica. Exige reemplazar la violencia por el autosacrificio y solo funciona para ideales altos que beneficien a toda la humanidad, incluyendo al enemigo.

En sus palabras: «Satyagraha es, esencialmente, un arma de la Verdad, que emerge a partir de la revelación del verdadero espíritu humano. Asume una conquista espiritual preliminar, un primer paso hacia un estado superior de conciencia: la unidad interior, el amor universal».

Esta fue su campaña de movilización de la comunidad india contra las leyes absurdas del gobierno. Y creía firmemente que lo que hoy llamamos servicio militar y entrenamiento militar debían ser reemplazados por lo que él llamaba «entrenamiento para poder convertirse en un verdadero satyagrahi». Este entrenamiento consiste básicamente en dos cosas:

- a) Una práctica espiritual constante, que nos ayude a conectarnos con la Verdad-Dios.
- b) El esfuerzo constructivo: la reconstrucción de las aldeas autosuficientes, solidarias y en armonía con la naturaleza.

**Artículo del periódico *El Tiempo* sobre Sri Sri Ravi Shankar en Colombia
*El hombre que puso a meditar a los líderes de las FARC***

Todo lo que hay en la habitación del hotel Tequendama en la que se hospedaba Sri Sri Ravi Shankar está cubierto por mantas blancas, y todos los presentes están sin zapatos.

Una puerta separa la sala del cuarto del gurú, quien en 1981, después de diez días de silencio y meditación a orillas del río Bhadra, en el sur de la India, concibió el ‘sudrashan kriya’, una técnica de respiración y meditación.

A mediados del 2015, el Sri Sri (título honorífico del hinduismo) vino al país para reunirse con el presidente Santos, y posteriormente lo hizo con los comandantes de las Farc en La Habana, donde puso a meditar a ‘Iván Márquez’.

La conexión que logró con ambas partes lo tiene este lunes de vuelta como uno de los principales invitados internacionales a la firma de la paz en Cartagena, y trajo un mensaje de reconciliación.

Entre los vidrios opacos de la puerta que separa la sala del cuarto hay claridad y ahí se ven sus ojos grandes, con los que pareciera abarcar totalmente a quien mira.

Entra a la sala, todos los presentes se levantan, saluda con una sonrisa y una pequeña inclinación.

El blanco de su túnica lo mimetiza con el ambiente. Lo único que resalta es la barba y el pelo. Se sienta y dice «hablemos».

¿Por qué vivir es un arte?

Cuando estudias el diseño de cómo luce la vida, la aprecias como arte. Pero hay una preocupación y es que hay una falta de interés por hacerlo. Debemos crear mayor conciencia sobre admirar la vida.

Algunos dicen que la guerra también es un arte. ¿Para usted lo es?

Los chinos dijeron que la guerra es un arte. Para mí, la guerra es worst act of reason (WAR). La guerra es el peor acto de la razón.

¿Cómo superar la guerra desde la espiritualidad?

La guerra empieza con la falta de entendimiento, de comunicación, de confianza. Entonces, si se quitan estas cosas y la gente piensa desde una perspectiva más amplia, cualquier conflicto se puede resolver.



¿Por qué nace la violencia en el ser humano?

Cuando alguien siente que es una víctima porque le han cometido una injusticia, entonces quiere reaccionar. Una pregunta que no ha sido respondida en la mente se fermenta y causa estrés, y el estrés es la causa de la violencia. Cualquier buena persona, si no la dejas dormir durante dos días y no les das de comer, se volverá violenta.

¿Y cómo curar el estrés?

Esto es lo que hacen los programas de la academia a través de la respiración, de una nutrición propia, de un ejercicio, de un estado de mente apropiado, todas estas cosas empiezan a eliminar el estrés.

Usted habló con los de la Farc. ¿Cómo vio la energía de ellos?

Yo veo a todo el mundo como parte de mí. Toda persona estresada y tensa es totalmente diferente, y ellos están así. Para una madre, si el niño está llorando y haciendo pataleta –lo que sea que esté haciendo el niño–, la madre sabe por qué no comió, por qué no durmió; ve más allá de su comportamiento. Yo no veo el comportamiento de ellos, veo la causa de ese comportamiento. Y la causa es el estrés y la falta de este conocimiento, la falta de tranquilidad.

Usted es una persona muy sonriente. ¿Cuál es la importancia de la sonrisa en el proceso del perdón?

Cuando piensas desde una mente amplia, entonces el perdón es natural. Cuando entiendes las circunstancias del otro, puedes sentir más compasión por él o por ella. Es a causa del estrés, de la tensión, de la falta de consciencia, que esa persona comete un crimen. Yo hablé con la gente de las Farc y les dije que estoy de acuerdo con la parte de la justicia social, pero no con el camino que escogieron del marxismo violento. Entonces, si toman el principio gandhiano de la no violencia, deben llevar una vida simple. Gandhi logró, con un pensamiento muy elevado, que todo el mundo hiciera parte de su mundo. (Abre los ojos, levanta el dedo índice para hacer énfasis en lo siguiente). Entonces, el amor y la compasión son muy importantes.



Colombia ahora está a las puertas del posconflicto. ¿Cómo, desde la espiritualidad, se puede lograr que haya tolerancia?

El verdadero trabajo empieza ahora. La gente que ha estado en la selva por tanto tiempo, cuando vuelvan a la sociedad necesitan un toque de curación, al igual que las víctimas. Las víctimas deben poder dejar atrás el pasado y buscar un futuro más brillante. La consciencia de la víctima y del culpable no son para nada positivas para la sociedad. Debemos curar la consciencia de las víctimas y por el otro lado, necesitamos lograr la reconciliación con la consciencia de los culpables. Cuando una persona siente que es culpable, va a querer justificarlo; inconscientemente va a victimizarse.

Entonces la mente se vuelve muy compleja y en esta situación la meditación y los ejercicios de respiración pueden hacer una diferencia muy grande. Esto lo digo desde mi experiencia, habiendo trabajado con victimarios y personas en las cárceles.

Usted quiere seguir ligado a Colombia. ¿Cuál sería su papel en el posconflicto?

En Colombia tenemos que juntar a la gente; unirla, enseñarle a perdonar y olvidar y que se mueva al futuro. Así crearemos una sociedad constructiva y próspera. Aumentar la confianza en uno mismo y en el otro. Lo segundo es deshacerse del estrés y lo tercero, hacer algo creativo para generar mayor empleo. Este es un país tan hermoso y con tanta riqueza natural que no hay razón para que la gente sea pobre. En la India hemos estado enseñando agricultura orgánica. Así que podemos traer este conocimiento acá. Y lo otro diría que es la reconciliación, hacer que las comunidades se unan en celebración.

¿Y cuál es la base para llevar este mensaje de paz?

La paz exterior está totalmente ligada a la interior. Cuando hay conflicto, hay miedo y mucho trauma, y desde el trauma no se puede construir paz. Lo que hacemos es restablecer la paz interior, que es tan necesaria para crear y construir sociedades más pacíficas.

Simón Granja Matías
Redactor del periódico El Tiempo (Bogotá)

Recomendamos ver el siguiente video por youtube:
<http://www.srisriandfarc.com/>



Que cada «SÍ» a la paz tenga el compromiso de encontrarla dentro de nosotros mismos.