

# JARDIN COSMICO

60.  
PTAS.

HEMEROTECA





Puedes recordar...

algo infinito  
en la bolsa del desayuno  
tan bonito  
celestial

te hace llorar de feliz

Puedes recordar...

tu visita al cielo  
la pelea de los dioses  
la lluvia de infiernos  
te volviste estrella  
eras la esencia de la vida y de la muerte  
un punto brillante en el universo

Puedes recordar...

los consejos de la luna  
la danza de los planetas  
el conejo cósmico  
la carroza de las reencarnaciones  
el gato cósmico  
el gallo, el lobo, el alacrán, el agua y el león

Puedes recordar...

mil cielos deshaciéndose  
un río de colores  
tú y yo  
llorábamos nuestro amor.





Hay que ser flexible para conservarse intacto.  
Vacío para estar pleno.  
Dar para poseer.  
No desear, para realizarse.

El sabio no se justifica a sí mismo, pero llega lejos.  
No se enorgullece, pero se encumbra.  
No se le ve, pero es luminoso.  
No se agita,  
razón para que los demás no se agiten contra él.  
No disputa,  
razón por la que los demás no disputan con él.

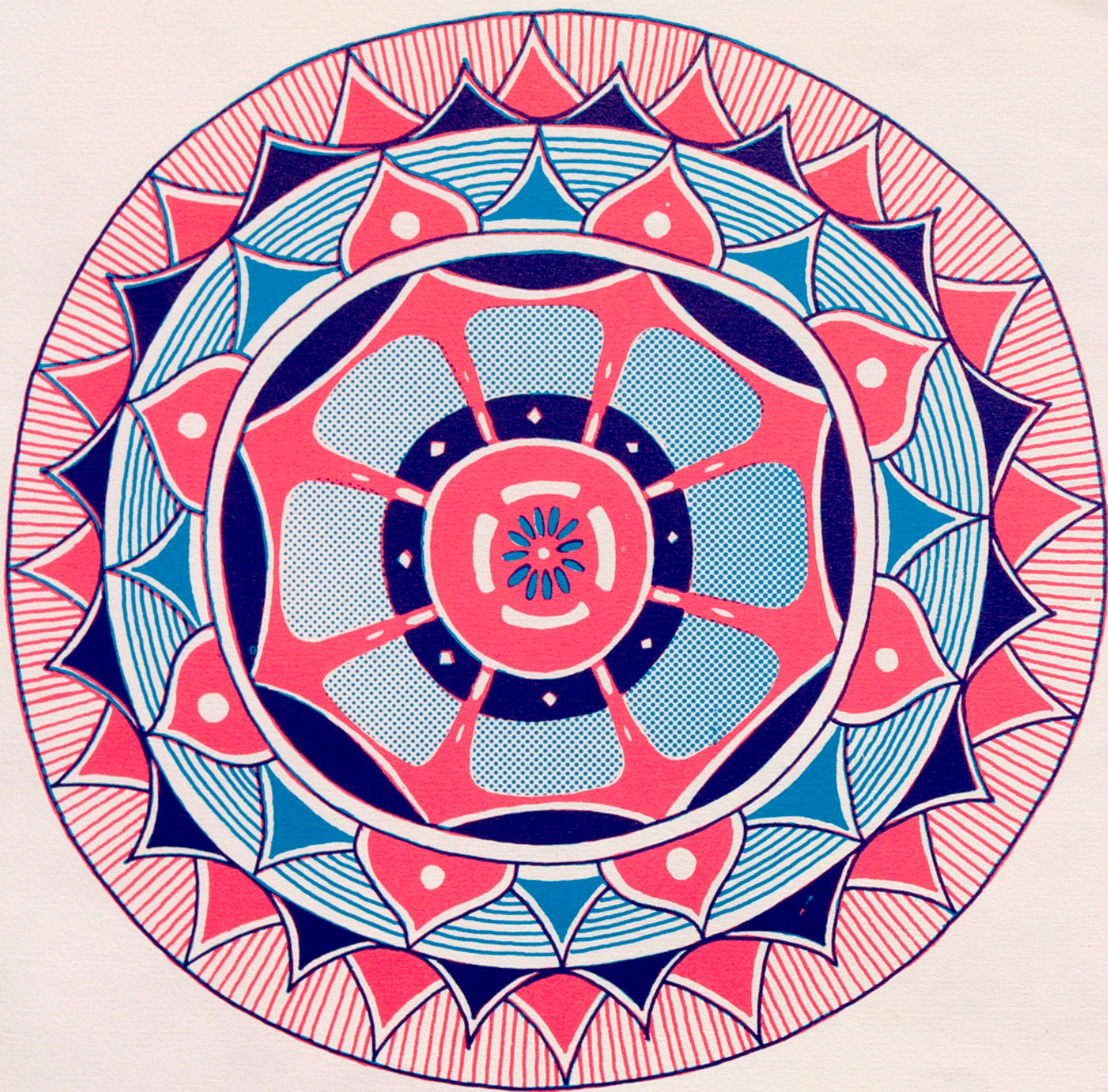
Así se conserva intacto, alcanza la Unidad  
y se convierte en el ejemplo de los demás hombres.

Hablar de esta manera es enseñar a quien no sabe.  
Desde todos los tiempos,  
quien se conserva intacto deja huella en el Camino.

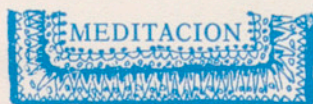
Lao-Tsé: Tao Te King.











de BE HERE NOW

Las instrucciones básicas para la meditación nos fueron dadas por Tilopa en «Song of Mahamudra»:

«Pon tu cuerpo quieto y relájate  
cierra firmemente tu boca y permanece en silencio  
vacía tu mente y no pienses en nada  
como si fueras un bambú hueco  
deja en nada tu cuerpo  
no dando, no tomando  
deja tu mente en nada  
el gran camino es una mente que se adhiere a la nada  
practicando así, con el tiempo alcanzarás la radiación de Budha.»

El budismo del Sur (Therevadin) practica una forma de meditación llamada Satipatthana vipassana. Empieza con el simple ejercicio de la Desnuda atención. Todo lo que hace es registrar pensamientos, estados, etc., en el presente. Este proceso da lugar a la transición de la fase receptiva del proceso cognoscitivo, a la activa. Tú no piensas en tus pensamientos. Tú sólo los notas. Esto produce un estado de «paz penetrante». Tú trasciendes a un pensamiento conceptual.

#### EJERCICIO DE MEDITACIÓN



Busca un lugar tranquilo y silencioso, donde no puedas ser molestado. Si quieres purificar el sitio que has escogido para meditar, coge un vaso de agua con los dedos índice y pulgar de tu mano derecha, agítalo en el aire mientras repites tres veces el mantra:

OM APWITRAH PAVITRORWA  
SARVA WASTANG GATOPIWA  
YEH SMARET PUNDARI  
KAKSHAM SABAHYA  
BHUANTARAH SUCHIH



entonces rocía con el agua, el lugar que has elegido para sentarte, (en la dirección de las manecillas del reloj).

Este mantra es utilizado por los shadus de la selva de India, para purificar el suelo.

Siéntate confortablemente en ese lugar. Tiene que ser una posición en la cual estés treinta minutos sin moverte, cómodo, sin molestias. Es preferible que la cabeza, cuello y tronco formen una línea recta.

Deja tu mente tranquila, que trabaje sola. Anota sólo como trabaja ésta.

No pienses acerca de los pensamientos, sólo anótalos. Haz ésto por espacio de treinta minutos, durante una semana.

Después busca un músculo en el abdomen, debajo de tu caja torácica, el cual se mueve cuando respiras. Arriba y Abajo. Atento. Cada vez que este muslo suba, piensa... «sube»... y cada vez que descienda, piensa... «baja»... sube... baja... sube... baja... Deja todos tus pensamientos a la deriva. Mantén tu mente enfocada hacia este muslo. No olvides el corazón.

Al principio tu mente te abandonará constantemente; cada vez que te ocurra, síguela inmediatamente para saber dónde va. Anótalo y regresa de nuevo... sube... baja... sube... baja... sube...

Si quieres puedes substituir estas palabras, contando. OM inspirando)...

1 (aspirando)... OM,... 2... OM,... 3... OM,... 4... OM,... etc. Una o más sílabas de los números pueden ser divididas al inspirar y al aspirar, ej: trein...ta...

Al principio te puedes marcar unas metas, en este estado, puedes empezar con 250 y acabar con 50 cada día. Recuerda... sólo tienes que contar los movimientos de este músculo. Todos los demás pensamientos no pertenecen a este estado.

No trates de suprimirlos. Sería otro pensamiento, más tarde clasifícalo y retorna a tu trabajo. Al cabo de un mes empezarás a notar una gran calma y una sensación de paz por este ejercicio.

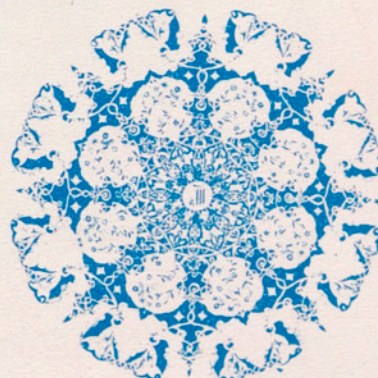
Cuando consigas el hábito de casi no sentir cada uno de estos estímulos en el Aquí y Ahora, sin pensar en ellos, entonces llegarás a sentirte libre de toda ilusión. Adquirirás, especialmente, una Clara Comprensión.

La anulación total de tu ego, la impermanencia de tus pensamientos. Al conocimiento.

«Al principio el yogui siente su mente cayendo como una cascada, después, suave y apacible como el Ganges en la mitad de su curso, al final es un gran océano donde la Madre y el Hijo se unen en Uno.»



Tilopa  
BABA RAM DASS







## CARTA DEL QUE BUSCA TITULOS PARA UN ARTICULO



Vuelve el invierno, y con él el recogimiento de los vivos. A pesar de ello, algunos llevamos dentro una extraña semilla que no nos deja satisfechos jamás. Como la mayoría, diréis. Al contrario, esta química maravillosa que nace de nuestras mismas entrañas es distinta al ansia de placer-insistente que poseemos todos. Es lo que hace que ahora os escriba sin pedir recompensas, ni siquiera esta gloria perseguida por los que desean "algo". Bueno, sí, ya sé que no estoy en nirvana, pero en lo posible, deseo "nada". Es que desear que la mayoría de los otros hominizados entren también dentro de esta corriente de conocimiento cósmico es bastante difícil. Alguien que nos une, Alan Watts, nos habla del futuro del éxtasis para el año 1990. Ojalá las "circunstancias universales" nos sean benignas. El misterio de la vida no es un problema a resolver, sino una realidad a experimentar; cierto.

Como decía, se me ha ofrecido la posibilidad de escribiros algo útil. Al principio la cosa estaba clara: únicamente el prólogo. Pero luego algo ha venido a complicar el asunto. Una persona encargada de escribir el artículo dedicado a Milarepa, el gran yogui del Tibet, se ausentó, quedando los folios en blanco. Y hemos aprovechado este espacio para hacer las dos cosas y ninguna a la vez; ni esto es un prólogo, ni Oriente está tan cerca para los que a las 7,30 de la mañana acuden camino hacia el vacío, a representar la tragicomedia de un empleo absurdo. Nos pasamos la mitad de nuestra vida durmiendo... y la otra mitad también...

Creo que en conjunto se ve de que va la revista, de manera que pasamos de tonterías. La cosa va de que iremos publicando a medida que el enorme material disponible esté preparado para ello, haga buen tiempo, no les duela la úlcera a los de censura, y todos comamos perdices. (Ah, no, que somos vegetariano-naturistas...) bueno, el caso es que está comprobado el valor del conocimiento por su poder de purificar y ennoblecer la vida y sería de desear que todos los interesados en aprender, desearan aplicar los conocimientos adquiridos en la evolución del propio carácter y en la ayuda hacia lo que nos rodea. Ello no sucede así casi nunca.

Descendiendo de las ideas de cosmos para tocar el suelo con los pies, resulta que el esceptismo más feroz hace presa de nosotros, supongo que os haréis cargo. Porque la cosa no está en discutir: "¿Qué es posible!" "¿Qué es imposible!" Sino que ahora con tristeza decimos: "...que es inútil...!"

¿Y qué queda de la vibración que nos embarcó a muchos en los años sesenta? Pues mucha mala lait, violencia sin sentido, el arte en manifestaciones hipersensoriales y sicodélicas, y la pregunta de cómo haremos guapo el tiempo que nos viene. No se olvide que incluso el ácido lisérgico ha sido ponderado en TVE por el premio nóbel Severo Ochoa. Y algo más: la llamada "Contracultura" no es como la convencional "Cultura", difícil de ser conseguida para la gente, que opta por uniformarse y masificar sus gustos, colocando en un estante cuatro cosas del "Círculo de lectores". La contracultura no es una posibilidad sólo para burgueses, es tan fácil de adquirir para los que "tienen \$" como para los otros. Basta con desearlo, con interesarse, con el legendario: "...despierta, sintoniza, abandona..."





Conozco poco del Miralepa. La historia de que cuando él estaba naciendo, un gran resplandor en forma de haz estrellado penetró en el recinto, se posó sobre la mano de su padre que allí estaba, y luego desapareció, indica a las claras que la cucharada de ("...") que recibimos al nacer, es cucharilla de café para unos, cucharada sopera para otros y en excepciones se vierte el tarro entero sobre el elegido. Milarepa llegó al mismo estado que el budha. Su por la tierra es posterior al "Maestro de maestros". Y no cuento más. Los interesados podéis adquirir el libro "El gran yogui Milarepa del Tibet" de Edit. Kier, Argentina. Hay una pregunta a hacer: ¿Por qué aún se empeñan incluso grandes maestros yoguis en hacernos creer en el sacrificio? Podemos meditar en ello. No parece sensata la idea de la hormiga sacrificada que alcanza el conocimiento. Creo que interviene bastante la cucharada que antes decía, junto con el condicionamiento que recibimos. Y se puede creer en el esfuerzo consciente, en estas palabras que repiten las aves de "La Isla" de Huxley: karuna, karuna, atención! Y este esfuerzo sacrificado o no, es una forma de alcanzar perfección. La perfección nos une a lo que sentimos como perfecto. Y allí, un poco más alto, sentimos perfecto todo, hasta la basura más infecta...

Un buen amigo rechaza categóricamente toda cultura alucinógena, inmerso en disciplinas orientales. [Estoy seguro de que podemos encajarlo todo, sin necesidad de ir "contra" nada porque el pudding que de ello resulta nos recuerda la inevitable presencia dual de las dos fuerzas eternas.] Aún algo más: el sumergirse en cualquier idea, filosofía, doctrina, método, rito, disciplina, dogma, creencia o bobada por el estilo, resta éxtasis a tu mirada, disminuye objetividad a tu cabecita... y te/os dejo, con este dibujo, que no es ningún esquema dogmático ni nada, sólo que me gustaba incluirlo ahí. ¿Cómo estás?★

© ...MMMM...

Nota de la Redacción.— El presente artículo fue escrito en octubre del 75. Posteriormente ha aparecido en el mercado el libro "Vida de Milarepa" (Ed. Labor, col. Maldoror, 230,- ptas.) Esta biografía, cuyo texto pertenece a Ret Chung Pa, discípulo de Milarepa, escrita en el siglo XII, es de una traducción muy correcta, y lo recomendamos.





## CONSIDERACIONES SOBRE EL PAPEL DE CÁÑAMO

El cáñamo (*Canabis sativa*) fue una de las primeras cosechas que plantaron los colonos americanos. Su conocimiento y uso de la planta, de cualquier modo, empezó mucho antes. En los barcos en los que venían de Europa usaban cuerdas de cáñamo y las velas eran de cáñamo y lino.

Y probablemente los mapas habían sido impresos en papel de cáñamo, sino con desechos de él o retales. La palabra papel viene del latín *papyrus*, pero el papel que nuestros antepasados conocían era una sustancia totalmente diferente de los antiguos papiros y de la moderna pulpa de madera. Era una mezcla de lino y cáñamo o una composición hecha de una de las sustancias.



De acuerdo a una tradición comunmente aceptada, el papel fue hecho por los chinos en el primer siglo después de Cristo. El inventor fue Tsai Lun, de la provincia de Hunan al norte de Cantón. Los documentos más antiguos escritos sobre el papel y encontrados por arqueólogos están en el Museo Británico. Son textos Budistas de los siglos II y III d.C. Estos y otros rollos manuscritos, algunos con caracteres sanscritos, han sido analizados. Su estudio muestra que están compuestos de una mezcla de cortezas y viejos desechos, principalmente cáñamo. Después de guardar este arte durante 500 años para ellos mismos, la confección de papel china se extendió a Japón y el este de Corea, y al oeste de Persia y Arabia. Alcanzó Corea en el 600 d.C. y Bagdad en el 793 d.C. Fue 400 años antes de que los europeos recogieran esta forma de hacer el papel de los árabes. El primer papel hecho por los occidentales fue confeccionado en España en el 1150 d.C por los moros el segundo en Italia en 1276. El arte de hacer papel se extendió finalmente en Inglaterra en 1494. Hacia el siglo XVI el cáñamo había venido a ser como una parte integrante de la cultura europea, y me pregunto, ¿cómo podría hacerse algo sin él?

William Thompson puntualiza en su polémico libro: «Al margen de la Historia» que: «la industria va hacia el papel tanto como hacia el carbón, y si la sociedad mercantil no hubiese tenido medios para controlar y producir las enormes cantidades de información que el comercio generaba, la gran Revolución Industrial nunca hubiese sucedido».

### CAÑAMO, LINO Y PAPEL HECHO EN NUEVA INGLATERRA

El cáñamo y el lino han competido con el tabaco desde los primeros días de la agricultura colonial. La moda de fumar tabaco pasó rápidamente a Europa al mismo tiempo que los primeros colonizadores intentaban establecer una base económica. El tabaco, a causa de que era menos voluminoso en proporción

a su precio, resultó ser la producción más remunerada que los colonialistas podían cultivar. Algunas familias coloniales actualmente han acabado con su miseria a partir de su dependencia del tabaco y su fracaso en el cultivo de cereales, cosechas de vegetales y fibras.

Para impedir la tendencia de los colonos a cultivar una sola producción, el Parlamento de Inglaterra y los gobiernos coloniales obligaron la producción de cáñamo y lino y les fue pagada toda durante el 1600 e incluso durante el período pre-revolucionario principalmente para fortalecer la producción de fibra para la navegación británica.

En 1762, Virginia no sólo enriqueció a aquellos que cultivaban cáñamo, sino que también impuso multas a aquellos que no lo producían.

Los colonos no fueron nunca capaces de cultivar suficiente lino y cáñamo para los barcos británicos, pero hacia 1690 se produjo un suministro que inquietó el mercado nacional. Una vez que se hubo creado este exceso una de las primeras industrias de manufactura en ser creadas fue la confección de papel.

Hacia 1700 las industrias del lino y el cáñamo florecieron y se construyeron más empresas para la manufactura de papel. Una de las personas más interesadas en hacer funcionar estas fábricas fue el inventor Benjamín Franklin.

George Washington, el primer presidente U.S.A. fue además un cosechador de cáñamo y patrón de una temprana industria de papel. Washington también indica sus ganancias en la explotación del cultivo de cáñamo en su diario. Sus partidas en la primavera y verano de 1765 podrían ser del interés de los cultivadores de cáñamo de hoy.

\*

Mayo 12-13 1765: Cáñamo arrancado por el pantano en «Mundy hole».

Agosto 7 1765: ...empezó a separar (sic) el cáñamo macho de la hembra haciéndolo bastante despacio.

\*











Aunque, con generosa complacencia, aceptáramos para el tiro de arco la denominación de «arte», difícilmente alguien buscará en este arte otra cosa que una destreza puramente deportiva. Los japoneses no lo consideran como deporte sino como acto ritual. Según la «Doctrina Magna» del tiro de arco ahora como antes es una cuestión de vida o muerte, por cuanto concierne a un enfrentamiento del tirador consigo mismo; esto significa —expresado de manera muy aproximada—, que los ejercicios espirituales a los que se debe exclusivamente que la técnica del tiro de arco se convierta en arte y, si se diera, finalmente en arte sin artificio, sean ejercicios místicos. Sería irresponsable ofrecer fórmulas paradójicas y tratar de salir bien librado con rimbombantes palabras. Creo que la forma más eficiente es describir la trayectoria que debe recorrer el discípulo del arte de los arqueros, tarea más dificultosa que su propio aprendizaje.

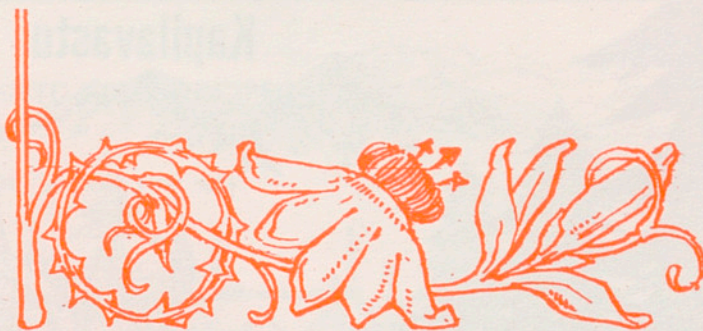
Kenzo Awa nos mostró los arcos japoneses y nos explicó que su extraordinaria elasticidad era el resultado de su peculiar construcción y de las características del material con que estaban hechos, el bambú. Pero mucho más importante aun era la forma extremadamente noble que adopta el arco, de casi dos metros de longitud, una vez armado con la cuerda. Cuando la cuerda está estirada hasta donde lo permita el arco, éste encierra el «universo», agregó el maestro. Colocó la flecha, estiró el arco, y por fin disparó. Todo esto no sólo se veía muy bello, sino que parecía muy fácil.

Nos ordenó: «Hagan lo mismo, no deben estirar la cuerda aplicando todas sus fuerzas sino procurando que trabajen las manos únicamente.»

Al arco japonés, una vez colocada la flecha, se lo levanta con los brazos casi extendidos, en forma tal que las manos del arquero se encuentran por encima de su cabeza. Por consiguiente no puede hacerse otra cosa que ir separando uniformemente a derecha e izquierda, y cuanto más se distancian una de otra, tanto más descienden, hasta que la izquierda que sostiene el arco se halla con el brazo extendido a la altura del ojo, y la derecha, que tira de la cuerda, con el brazo doblado, encima de la articulación del hombro; el arquero debe permanecer en esta posición un rato antes de disparar la flecha. Aclaró el maestro: «después de inspirar, hagan bajar el aliento suavemente, hasta que la pared abdominal esté moderadamente tensa, y reténganlo allí un rato. Luego espiren de la manera más lenta y uniforme que les sea posible y, después de un breve intervalo, vuelvan a aspirar rápidamente y continúen así inspirando y espirando con un ritmo que poco a poco se instalará por sí solo.»

«Todo lo que ustedes han aprendido hasta ahora, no eran más que ejercicios preparatorios para el disparo.» Con estas palabras tomó su arco, lo estiró y disparó

Porque el maestro me lo hizo reparar expresamente, comprobé que su mano derecha, abierta repentinamente y liberada de la tensión, hizo por cierto un brusco movimiento de retroceso pero sin que el menor estremecimiento recorriera su cuerpo. El brazo derecho, que antes del disparo formaba ángulo agudo, cedió a la tracción y se abrió estirándose con un movimiento suave. La inevitable sacudida había sido amortiguada y neutralizada elásticamente. Si la potencia del disparo no se hubiera revelado por el estallido de la cuerda al rebotar en el arco ni por la fuerza de percusión de la flecha, el movimiento del arquero no hubiera permitido ni sospecharlo. Ejecutado por el maestro, al menos, el disparo parecía tan sencillo y carente de complejidad como si fuese un juego de niños.



Al principio lo único que se le exige al alumno es que imite concienzudamente al maestro. El alumno día tras día aumenta su capacidad de seguir sin ninguna dificultad técnica cualquier inspiración, pero también de recibirlas, mediante la más exacta observación. Más claramente de lo que el maestro podría explicar con palabras, el discípulo desprende de ellas que el estado espiritual apropiado del artista se ha alcanzado. Y con esto encuentra un nuevo tema de imitación.

En caso de que tenga suficientes dotes como para seguir el camino ascendente, un peligro acecha al alumno en su avance hacia la maestría artística. El detenerse en lo que sabe, convalidado por el éxito y exaltado por la fama.

El maestro lo prevé, y trata de prevenirlo a tiempo.

Lo consigue señalando como al pasar y como si en realidad no fuese digno de mención, y refiriéndose a la propia experiencia del discípulo, que toda genuina creación es posible únicamente en un auténtico estado de desprendimiento de sí mismo.

«Así como con una vela encendida se enciende otra», así transmite el maestro el espíritu del arte genuino de corazón a corazón para que se ilumine.

El camino para la maestría es empinado. Muchas veces lo único que mantiene en movimiento al discípulo es la fe en el maestro.

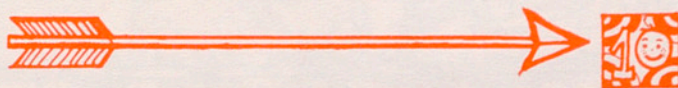
En esta etapa, la emulación del discípulo llega a su última madurez. ¿Hasta dónde llegará el alumno?, esto se sustrae a la influencia del preceptor y maestro. Apenas le ha enseñado el camino, ya tiene que dejarlo para que siga solo.

«Deje de pensar en el disparo —exclamó el maestro—. De una simple hoja de bambú usted puede aprender de que se trata. Bajo el peso de la nieve se inclina, más y más. De repente, la carga se desliza y cae, sin que la hoja se haya movido. Igual que ella permanezca en la mayor tensión, hasta que el disparo «caiga».

Cuando una vez le pregunté al maestro cómo podríamos progresar con prescindencia de él después de haber regresado a nuestra patria, contestó: Ustedes han llegado a un nivel donde maestro y discípulo ya no son dos, sino uno. Aunque se extiendan vastos mares entre nosotros, siempre estaré presente cuando ustedes se ejerciten como lo aprendieron. No me escriban nunca al respecto, pero mándenme de vez en cuando una fotografía que muestre cómo estiran ustedes el arco. Entonces sabré todo lo que necesito saber.

En el momento de la despedida, que no era tal, el maestro me entregó el mejor de sus arcos. «Cuando usted tire con este arco, sentirá que la maestría del maestro está presente. ¡Que no lo toque la mano de ningún curioso!

Y cuando lo haya superado, no lo guarde como recuerdo, ¡Destrúyalo, que no quede nada de él, nada más que un puñado de ceniza!.





# Kapilavastu

ALREDEDOR DEL SIGLO 6  
A.D.J, EL PUEBLO SAKYA FORMO  
UN PEQUEÑO REINO LLAMADO  
KAPILAVASTU, JUSTO AL SUR DE  
LOS HIMALAYAS, EN INDIA.



# Kapilavastu

ALREDEDOR DEL SIGLO 6  
A.D.J, EL PUEBLO SAKYA FORMO  
UN PEQUEÑO REINO LLAMADO  
KAPILAVASTU, JUSTO AL SUR DE  
LOS HIMALAYAS, EN INDIA.



ERA UN PACÍFICO REINO, GOBERNADO POR  
EL REY SUDDHODANA Y LA REINA MAYA.  
UNA NOCHE DE PLENILUNIO LA REI-  
NA VIO EN SUEÑOS A UN ELEFANTE BLAN-  
CO QUE DESCENDIA DE LA LUNA.

EN EL JARDÍN MUCHOS PAJAROS TRINABAN CON ENTUSIASMO, BRILLANTES NUBES SE MOVÍAN EN EL CIELO, LAS FLORES GERMINABAN: ROJAS, AMARILLAS, PURPURAS Y SEMEJABAN EL ARCO IRIS. LA REINA MAYA SUBIÓSE AL ÁRBOL ASOKA Y SOSTUVOSE EN UNA RAMA QUE ESTABA LLENA DE FLORES.

CUANDO LAS FLORES CAYERON SOBRE ELLA, UN BELLO PRÍNCIPE HABÍA NACIDO.

o ~ o ~ o ~ o ~ o

CUANDO EL PRÍNCIPE HUBO NACIDO SERAJANDO EL CIELO Y LA TIERRA PROCLAMÓ:

"ENTRE LOS CIELOS DE ENCIMA Y LOS CIELOS DE DEBAJO YO SOLAMENTE SOX."

TODOS EXPRESARON SU SINCERO GOZO POR LA GLORIA DE LA REINA Y SU NIÑO.

ESTE MEMORABLE DÍA FUE EL 8 DE ABRIL.

EN EL JARDÍN MUCHOS PAJAROS TRINABAN CON ENTUSIASMO, BRILLANTES NUBES SE MOVÍAN EN EL CIELO, LAS FLORES GERMINABAN: ROJAS, AMARILLAS, PURPURAS Y SEMEJABAN EL ARCO IRIS. LA REINA MAYA SUBIÓSE AL ÁRBOL ASOKA Y SOSTUVOSE EN UNA RAMA QUE ESTABA LLENA DE FLORES.

CUANDO LAS FLORES CAYERON SOBRE ELLA, UN BELLO PRÍNCIPE HABÍA NACIDO.

o ~ o ~ o ~ o ~ o

CUANDO EL PRÍNCIPE HUBO NACIDO SERAJANDO EL CIELO Y LA TIERRA PROCLAMÓ:

"ENTRE LOS CIELOS DE ENCIMA Y LOS CIELOS DE DEBAJO YO SOLAMENTE SOX."

TODOS EXPRESARON SU SINCERO GOZO POR LA GLORIA DE LA REINA Y SU NIÑO.

ESTE MEMORABLE DÍA FUE  
EL 8 DE ABRIL.

EN EL JARDÍN MUCHOS PAJAROS TRINABAN CON ENTUSIASMO, BRILLANTES NUBES SE MOVÍAN EN EL CIELO, LAS FLORES GERMINABAN: ROJAS, AMARILLAS, PURPURAS Y SEMEJABAN EL ARCO IRIS. LA REINA MAYA SUBIÓSE AL ÁRBOL ASOKA Y SOSTUVOSE EN UNA RAMA QUE ESTABA LLENA DE FLORES.

CUANDO LAS FLORES CAYERON SOBRE ELLA, UN BELLO PRÍNCIPE HABÍA NACIDO.

o ~ o ~ o ~ o ~ o

CUANDO EL PRÍNCIPE HUBO NACIDO SERAJANDO EL CIELO Y LA TIERRA PROCLAMÓ:

"ENTRE LOS CIELOS DE ENCIMA Y LOS CIELOS DE DEBAJO YO SOLAMENTE SOX."

TODOS EXPRESARON SU SINCERO GOZO POR LA GLORIA DE LA REINA Y SU NIÑO.

ESTE MEMORABLE DÍA FUE EL 8 DE ABRIL.

EN EL JARDÍN MUCHOS PAJAROS TRINABAN CON ENTUSIASMO, BRILLANTES NUBES SE MOVÍAN EN EL CIELO, LAS FLORES GERMINABAN: ROJAS, AMARILLAS, PURPURAS Y SEMEJABAN EL ARCO IRIS. LA REINA MAYA SUBIÓSE AL ÁRBOL ASOKA Y SOSTUVOSE EN UNA RAMA QUE ESTABA LLENA DE FLORES.

CUANDO LAS FLORES CAYERON SOBRE ELLA, UN BELLO PRÍNCIPE HABÍA NACIDO.

o ~ o ~ o ~ o ~ o

CUANDO EL PRÍNCIPE HUBO NACIDO SERAJANDO EL CIELO Y LA TIERRA PROCLAMÓ:

"ENTRE LOS CIELOS DE ENCIMA Y LOS CIELOS DE DEBAJO YO SOLAMENTE SOX."

TODOS EXPRESARON SU SINCERO GOZO POR LA GLORIA DE LA REINA Y SU NIÑO.

ESTE MEMORABLE DÍA FUE EL 8 DE ABRIL.

EN EL JARDÍN MUCHOS PAJAROS TRINABAN CON ENTUSIASMO, BRILLANTES NUBES SE MOVÍAN EN EL CIELO, LAS FLORES GERMINABAN: ROJAS, AMARILLAS, PURPURAS Y SEMEJABAN EL ARCO IRIS. LA REINA MAYA SUBIÓSE AL ÁRBOL ASOKA Y SOSTUVOSE EN UNA RAMA QUE ESTABA LLENA DE FLORES.

CUANDO LAS FLORES CAYERON SOBRE ELLA, UN BELLO PRÍNCIPE HABÍA NACIDO.

o ~ o ~ o ~ o ~ o

CUANDO EL PRÍNCIPE HUBO NACIDO SERAJANDO EL CIELO Y LA TIERRA PROCLAMÓ:

"ENTRE LOS CIELOS DE ENCIMA Y LOS CIELOS DE DEBAJO YO SOLAMENTE SOX."

TODOS EXPRESARON SU SINCERO GOZO POR LA GLORIA DE LA REINA Y SU NIÑO.

ESTE MEMORABLE DÍA FUE EL 8 DE ABRIL.

EN EL JARDÍN MUCHOS PAJAROS TRINABAN CON ENTUSIASMO, BRILLANTES NUBES SE MOVÍAN EN EL CIELO, LAS FLORES GERMINABAN: ROJAS, AMARILLAS, PURPURAS Y SEMEJABAN EL ARCO IRIS. LA REINA MAYA SUBIÓSE AL ÁRBOL ASOKA Y SOSTUVOSE EN UNA RAMA QUE ESTABA LLENA DE FLORES.

CUANDO LAS FLORES CAYERON SOBRE ELLA, UN BELLO PRÍNCIPE HABÍA NACIDO.

o ~ o ~ o ~ o ~ o

CUANDO EL PRÍNCIPE HUBO NACIDO SERAJANDO EL CIELO Y LA TIERRA PROCLAMÓ:

"ENTRE LOS CIELOS DE ENCIMA Y LOS CIELOS DE DEBAJO YO SOLAMENTE SOX."

TODOS EXPRESARON SU SINCERO GOZO POR LA GLORIA DE LA REINA Y SU NIÑO.

ESTE MEMORABLE DÍA FUE EL 8 DE ABRIL.

EN EL JARDÍN MUCHOS PAJAROS TRINABAN CON ENTUSIASMO, BRILLANTES NUBES SE MOVÍAN EN EL CIELO, LAS FLORES GERMINABAN: ROJAS, AMARILLAS, PURPURAS Y SEMEJABAN EL ARCO IRIS. LA REINA MAYA SUBIÓSE AL ÁRBOL ASOKA Y SOSTUVOSE EN UNA RAMA QUE ESTABA LLENA DE FLORES.

CUANDO LAS FLORES CAYERON SOBRE ELLA, UN BELLO PRÍNCIPE HABÍA NACIDO.

o ~ o ~ o ~ o ~ o

CUANDO EL PRÍNCIPE HUBO NACIDO SERAJANDO EL CIELO Y LA TIERRA PROCLAMÓ:

"ENTRE LOS CIELOS DE ENCIMA Y LOS CIELOS DE DEBAJO YO SOLAMENTE SOX."

TODOS EXPRESARON SU SINCERO GOZO POR LA GLORIA DE LA REINA Y SU NIÑO.

ESTE MEMORABLE DÍA FUE EL 8 DE ABRIL.



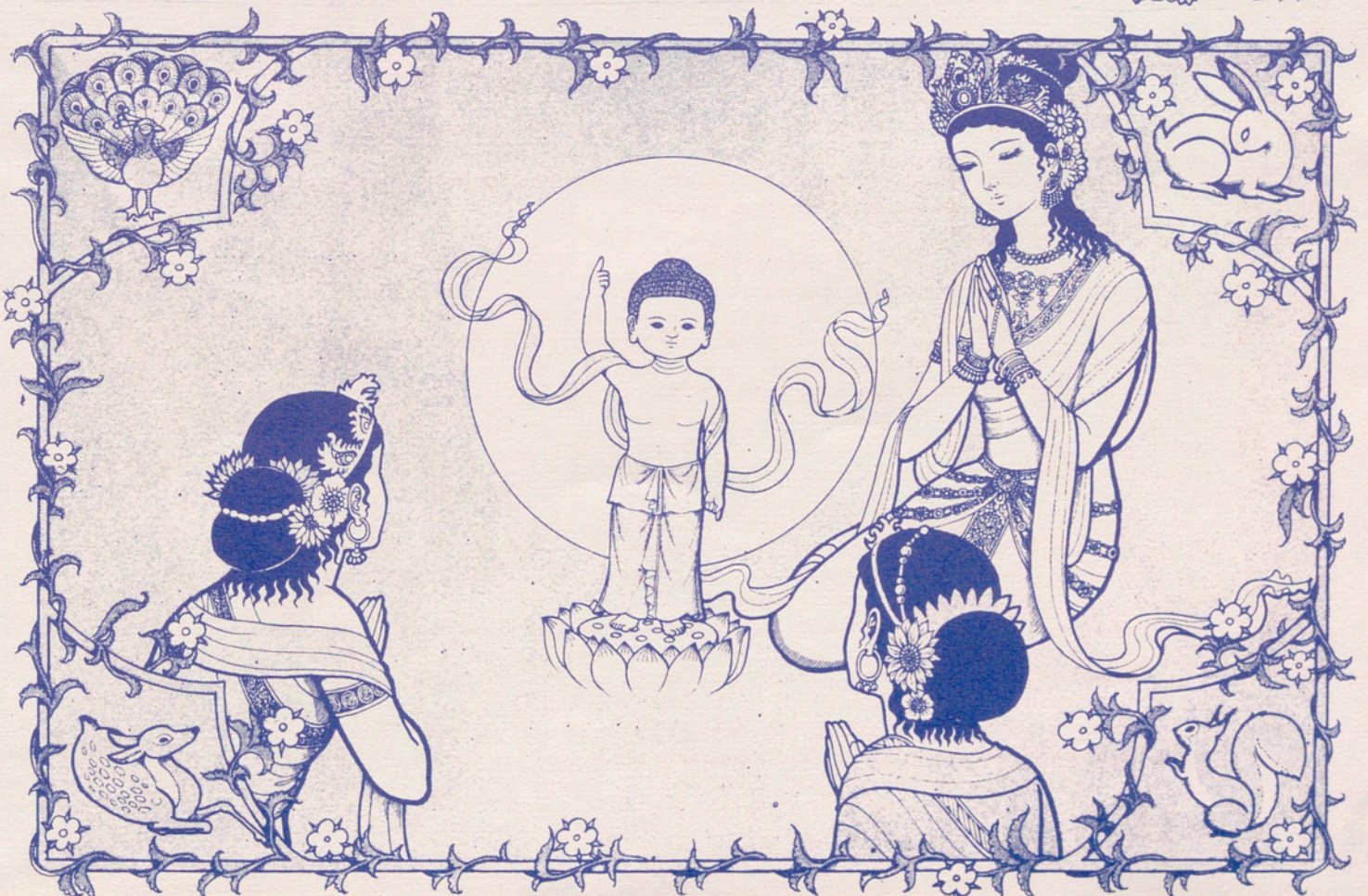
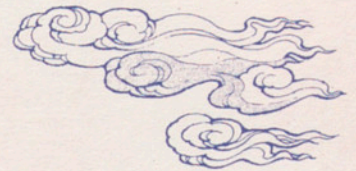


## EL NACIMIENTO DEL PRINCIPE

DESPUES DE SU SUEÑO, LA REINA MAYA QUISO  
SER FELIZ CON UN NIÑO.

"UN PRINCIPE NACERA....."

EL REY Y EL POEBLO ESPERABAN ANSIOSOS EL  
NACIMIENTO DEL VASTAGO REAL. A SU DEBIDO  
TIEMPO Y DE ACUERDO CON SU TRADICION, LA  
REINA VOLVIO A CASA DE SUS PADRES.





GATE / GATE / PARAGATE  
PARASAGATE  
BODHI SVAHA...



YENDO / YENDO / YENDO MAS ALLA  
YENDO MAS ALLA DEL MAS ALLA  
SALVE CAMINANTE...



I. PRECIOS VIAJE A INDIA, visas, transportes, hoteles...

Barcelona - Istambul . . . .	53.00\$, en barco, (reducido estudiante).
Istambul - Trabson . . . .	2.00\$, en barco, (reducido estudiante).
Trabson - Frontera Iraní . . . .	4.50\$, en autobús.
Frontera Iraní - Teheran . . . .	4.50\$, en autobús.
Teheran - Mashad . . . .	4.60\$, en autobús.
Mashad - Frontera Afgana . . . .	1.15\$, en autobús.
F. Afgana - Herat . . . .	1.00\$, en autobús.
Herat - Kabul . . . .	3.30\$, en autobús.
Kabul - Peshawar . . . .	2.30\$, en autobús.
Peshawar - Lahore . . . .	2.00\$, en autobús.
Lahore - Amristar . . . .	2.00\$, en autobús.
Amristar - New Delhi . . . .	3.30\$, en tren.
New Delhi - Kathmandu . . . .	10.00\$, en tren y autobús o,

Existe una línea de freaks buses de Istambul - Kabul - New Delhi que te cuesta unos 75/100\$.

Nota: Estos precios son del año 1974.

\*

II. HOTELES Y RESTAURANTES:

ISTAMBUL

Hotel Utopia, 8 liras turcas/persona. (Sultanhamed area).

TRABSON

Hotel Alemdar, 10 liras turcas/persona.

TEHERAN

Hotel Amirkabir, 85 rials/persona c/ Amircabir.

MASHAD

Tourist House, 35 rials/persona (cerca de la gran mezquita).

HERAT

Hotel Razi, 15 afganis/persona.

KABUL

Hotel Shamali, 20 afganis/persona.

Steak House Restaurant.

Cable Huggle Restaurant.

Columbus Restaurant.

NEW DELHI

Hotel Sapna, 4 rupias/persona, en dormitorio. 5135, Main Bazar, (Paharganj area).

Sunni Guest House, 35 rupias/habitación. 151, Scindia House.

BOMBAY

Stiffles Hotel, 40 rupias/habitación. Se pueden encontrar hoteles muy baratos por la zona del gran bazar.

POKRA (NEPAL)

Hotel Sky Lake, 7 rupias nepalesas habit. indiv., 10 rupias nep. habit. doble.

KATHMANDU

Lodge Yeti, habit. individual: 4.20 rupias, habit. doble: 6.25 rupias, habit. triple: 9.50 rupias.

310, Maruity Rd. Mr. Dandu, Tibetan Restaurant (en frente del Lodge Yeti).

\*

III. VISADOS

Se necesitan visados para los siguientes países:

AFGANISTAN: Visa de entrada por un mes: 5\$.

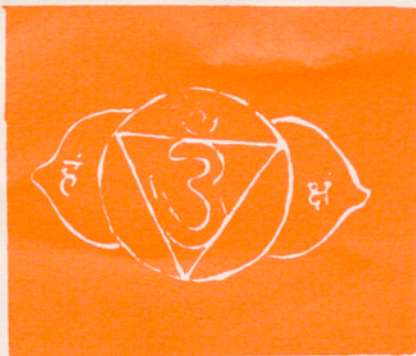
INDIA: Visa por tres meses: 6\$. Si te la haces en Kathmandu, por un mes te cuesta una rupia nepalesa.

NEPAL: Visa de dos semanas, 5\$ cash, no se admite moneda del país, sólo dólares cash.

Seguramente al entrar en Paquistán te harán pagar visa, pasas de todo, no es necesaria.

Si vas a Istambul por tierra, via Bulgaria, son 5\$ visa de paso o te hacen cambiar cierta moneda por día de estancia en el país.





#### IV. CAMBIOS DE MONEDA

Liras Turcas	13 liras : 1\$
Rials Iraní	65 rials : 1\$
Afganis	50 afganis : 1\$
Rupias Paquistanas	10 rupias : 1\$
Rupias Indias	7 rupias : 1\$
Rupias Nepalesas	10 rupias : 1\$

Si haces el cambio en el mercado negro o en según qué hoteles ganas un 20 o más por ciento, especialmente si llevas dólares cash.

Es preferible llevar lo máximo posible en travels checs, por si te roban; en tal caso das aviso a las oficinas y en el plazo de un mes tienes de vuelta tu dinero, eso si todo va bien...

#### V. VACUNAS

Es imprescindible el certificado de vacunación a partir del Irán por las siguientes enfermedades: Cólera, Tifus y Viruela.

El agua deja de ser potable a partir de Afganistán, pero es absurdo el uso de pastillas depuradoras, es mejor acostumbrar el cuerpo bebiendo agua ya desde el principio del viaje.

Las diarreas y disenterias son normales durante todo el viaje.

#### VI. NOTAS

Como en un dossier tan escueto, no cabrían excesivos detalles, escribo una serie de notas acerca de todo el trip.

—Al sur de Bombay, hay una provincia, antigua colonia portuguesa, donde aún se habla portugués, llamada Goa.

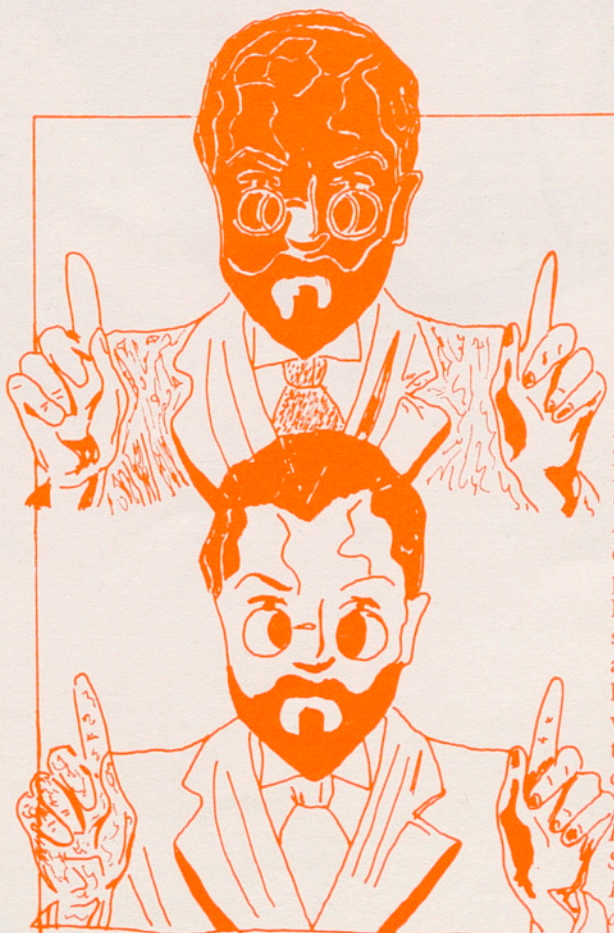
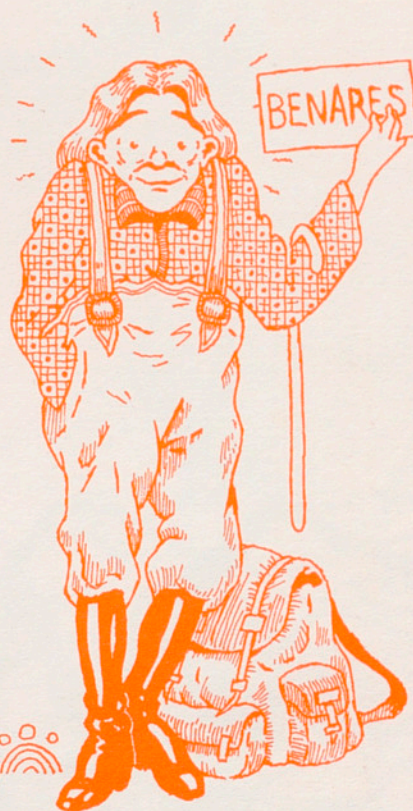
En las playas puedes alquilar una casa por unos 10\$ al mes o bien construirte tu propia cabaña, que te saldría por 4 ó 5 rupias de material.

Lo que pasa es que tienes que guardar pasaportes y pelas en el Banco, pues de otro modo es fácil de que te roben, y la policía india pasa de todo siempre.

—Las fronteras están bastante vigiladas, especialmente Irán. En Paquistán-India hay una honorable dama cuya única función es descubrir los pases por esa frontera y no acostumbra a fallar.

Una forma barata de viajar en India y bastante cómoda, para largas distancias en tren, es coger billete de tercera con literas, tienes descuento de estudiante y además litera reservada.

—Cuidado con el mercado negro de Paquistán, acostumbran a darte el timo en seguida, pues te dan monedas falsas o caducadas. 3\$



#### EL FUTURO DEL PAPEL DE CAÑAMO

A primera vista, la posibilidad del papel de cáñamo haciendo un regreso puede parecer algo remoto. Sin embargo, cuando consideremos las alternativas: un rápido decrecimiento del suministro de madera, el desastre ecológico de la pérdida de bosques y de los recursos de oxígeno, deteriorización de libros en bibliotecas, y la escalada de los precios del papel de pulpa de madera; la anulación de la Ley anti-cañamo y un fuerte programa para acumular cáñamo y lino puede ser lo mejor para nosotros, sino es la única salida.

Actualmente la anulación de las leyes sin sentido anti-cañamo y el retorno de la industria del cáñamo no puede estar muy lejana.

La Biblioteca del Congreso en un reciente reportaje sobre la confección de papel dice: «Para prevenir el archivo de ideas humanas para futuras generaciones, las factorías de papel, editores, bibliotecarios y archivadores deben no sólo entender el problema sino también su urgencia y deben unir sus fuerzas para detenerlo.»

Escrito en 1974 por Jack Frazier y publicado por Solar Age Press Box 53002 New Orleans, La. 70160. 132 pag. \$2.75. Impreso en papel 100% de pulpa de de madera. ★

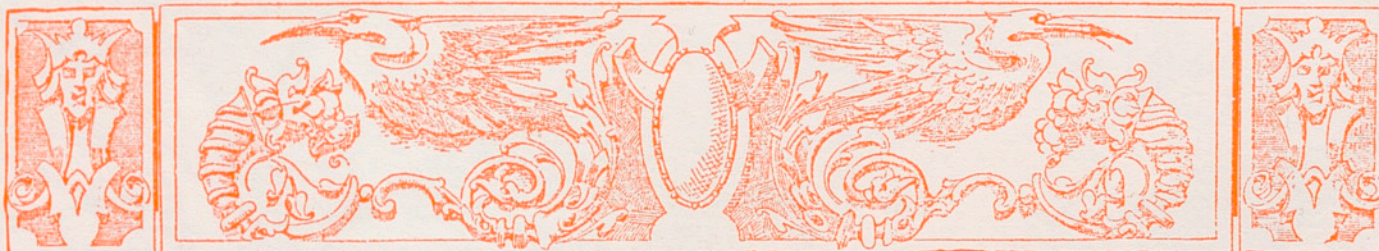






## RESUMEN DE UNA ENTREVISTA CON EL ESCRITOR JACK KEROUAC SOBRE LA INFLUENCIA DEL ZEN EN SU OBRA LITERARIA

«Lo que realmente ha influenciado mi trabajo es el Budismo Mahayana, el Budismo original de Gothama Sakyamuni, el propio Buddha de la India del pasado... Zen es lo que ha permanecido de su Budismo o Bodhi, después de pasar a China y, más tarde, al Japón. La parte del Zen que ha influido en mis libros es el Zen contenido en los «Haiku», los poemas de tres versos de diecisiete sílabas escritos hace centenares de años por gente como Basho, Issa y Shiki, y después por maestros recientes. Una frase corta y dulce que contiene un imprevisto relámpago de pensamiento es una especie de Haiku, pleno de libertad y diversión al sorprender al lector, al abandonar la mente... Pero mi Budismo serio, el de la antigua India, ha influido en aquella parte de mis libros que se puede considerar religiosa, fervorosa o piadosa al menos, tanto cuanto puede haberla influido el Catolicismo. El Budismo originario conducía a una continua compasión cómplice a la fraternidad (el Dana Paramita significa la Perfección de la Caridad), a la humildad, a la mendicidad, al dulce rostro doliente del Buda (que por cierto era de origen ario, quiero decir de una casta guerrera persa, y no de origen oriental tal como suele ser representado). En el Budismo originario, a ningún muchacho que se presentase a un monasterio se le decía que sería sepultado vivo, por el contrario, se le daba solamente un tierno estímulo hacia la meditación y la cortesía. El comienzo del Zen se sitúa en una ocasión en que Buda reunió a todos los monjes para hablarles y elegir al Primer Patriarca de la Iglesia Mahayana: en vez de hablar se limitó a mostrar una flor. Todos se quedaron estupefactos, excepto Kasyapa, que sonrió, Kasyapa fue nombrado Primer Patriarca. Esta idea complació a los chinos, por ejemplo al Sexto Patriarca Hui-Neng, que dijo: «Al principio no había nada», y quería romper las escrituras de las sentencias de Buddha, conservadas en los Sutra; los Sutra son los «hilos del discurso». En cierta manera, pues, el Zen es una forma amable de herejía.»



### ECONOMÍA

Unos pequeños cálculos basados en las propias cifras del gobierno de los Estados Unidos, sugieren la vasta extensión que allí alcanza una moderna y próspera industria.

Si hay 20.000.000 de fumadores regulares de marijuana (dato gubernamental) y cada uno de ellos fuma sólo una modesta onza al mes, ¡significa un consumo semanal de 160.000 Kg. de hierba!

Analizando un modelo de distribución standart esto significa que más de 200 mil personas están empleadas todo el día sólo en traficar marijuana, sin contar a otros 800.000 aproximadamente que ganan una renta parcial (el hobby americano de la media jornada).

Paradójicamente, es el tercer mundo el que cultiva la mayor parte de drogas, y las naciones industrializadas las que más compran, y es este hecho económico el que será la gota final para la legalización de la marijuana en los Estados Unidos.

La tremenda pérdida de dólares en el extranjero, el déficit de billones en la balanza de cambios y la balanza de pagos cansada por la importación de droga extranjera puede forzar a los Estados Unidos a legalizar la marijuana, sólo para guardar el dinero en casa, regular el comercio (y correspondientes impuestos), y el trabajo del millón de personas que actualmente trafican marijuana, el cultivo en granjas ahora abandonadas por la marginación del comercio del campo y a más los tallos les resolverán en gran parte el problema del papel.

Sin contar que algunos países como Jamaica les exige el pago en armas y no aceptan dólares, y no es cuestión de contribuir en ningún modo a una posible destrucción de nuestro querido capitalismo. ★





## SAMIE LING

SAMIE LING es un centro monástico que rigen y lo habitan, algunos lamas tibetanos huidos en fantástica epopeya de su tierra natal ante las tropas invasoras provenientes de China Popular.

Está situado al sur de Escocia a 13'5 millas del núcleo habitado más próximo en un pueblecito de unos 300 habitantes llamado Esklademuir, en el mapa se encuentra justo encima de Carlisle, a medio camino entre Langholm y Lockerby, aunque quien no tenga medios propios de locomoción es mejor que se dirija allí pasando por Lockerby y con suerte podrá aprovechar algún camión de recogida de leche o la furgoneta que desplaza a los niños a la escuela, si preferís ir por Langholm recordad que el médico del pueblo habla español y para a los autoestopistas en su casi diaria visita a Esklademuir.



Aunque la normativa no es muy rígida, no gustan de ser molestados, y no afavorecen a los curiosos, las primeras normas que rigen, y se cumplen son: No drogas, los visitantes suelen depositarlas en el despacho del administrador y recogerlas a su partida; Silencio, sólo se permite hablar en las habitaciones y aun en voz baja, para tañir un instrumento musical es necesario alejarse del recinto del monasterio hasta que no seas oído ni desde el jardín, que por cierto está muy bien cuidado aunque en su morfología se observan influencias del arte de la decoración de jardines del Extremo Oriente (zona Océano Pacífico). Antes de visitarles es aconsejable escribirles indicándoles tu propósito, y esperar su respuesta dándote su autorización para tu estancia allí.

Puedes servirte té durante todo el día en una cocina exclusivamente dedicada a ello y aderezarlo con leche en polvo, azúcar moreno, miel o jaleas de variadas procedencias aunque puedes encontrar de que no hay ninguna taza disponible para ti pues allí quienes allí viven han fabricado cada uno de ellos la suya propia. En este caso deberás usar la de alguien que no haya tomado té y limpiarla inmediatamente no sea que se le ocurra ir a prepararse uno.

Son amables aunque el administrador por demasiado estricto peca a veces de desconsideración y brusquedad.

同心 冥供



El Lama que dirige este monasterio es el Rdo. Choguium Trungpa, reencarnación probada del santo tibetano Rimpoche, gran intelectual (estudios en Oxford) que con sus traducciones, ensayos, conferencias y con el libro autobiográfico (Born in Tibet) sobre la huida desde el Tibet hacia Punjab (India) por el Dalai Lama y sus acompañantes entre los que se contaba, ha contribuido al estudio y comprensión de la cultura Lamaísta. Aparte del Rdo. Choguium Trungpa, que entiende algo el español y creo que también algo el francés, en el monasterio nadie habla otro idioma que el inglés a menos de que por casualidad alguno de los visitantes lo hable.

Que Avalokitesvara el bodisatwa de la compasión te ilumine en tu camino, y se apiade de todos nosotros.



SAMIE LING es un conjunto arquitectónico construido en tres cuartas partes de su totalidad, por los habitantes del centro monástico, situado a una milla de la Iglesia y centro del pueblo, allí se puede encontrar la vida de un monasterio, en contacto con la naturaleza.

Disponen para su uso de: Sala para Yoga, Sala para la meditación ritual, y una biblioteca extensísima, sobre temas de religión, filosofía, orientalismo, etc... Un silencio majestuoso roto sólo por el crujir de las maderas bajo tus pies, y por el gong que colgado con una cuerda de plástico del agujero central de la escalera que conduce a los pisos superiores, anuncia las meditaciones y los refrigerios.

Si lo pides con suficiente antelación pueden proporcionarte trabajo en el campo, en la cocina, o en la fabricación de incienso, cerámica o ropas (que luego venderán en el Tibetan Shop de Fulham Crt. Rd. en Londres) con lo que pagar tu estancia allí, en caso de no hacerlo así deberás pagar poco más de dos libras diarias por tu alojamiento y manutención —no proporcionan sábanas pero la alimentación, vegetariana, es muy completa y abundante—.

Algunas de las curiosidades de la convivencia diaria, fruto de la diversidad de visitantes, son un prodigio de buenas vibraciones.

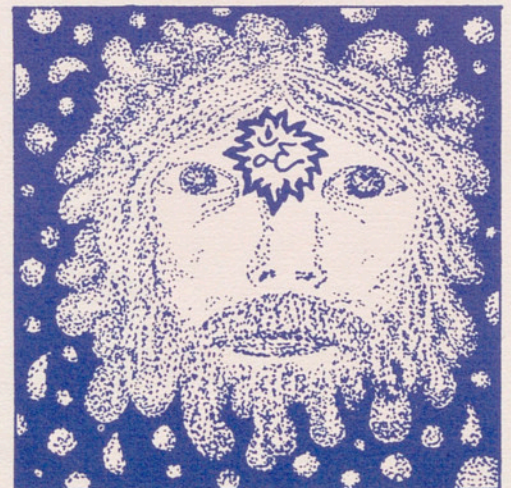
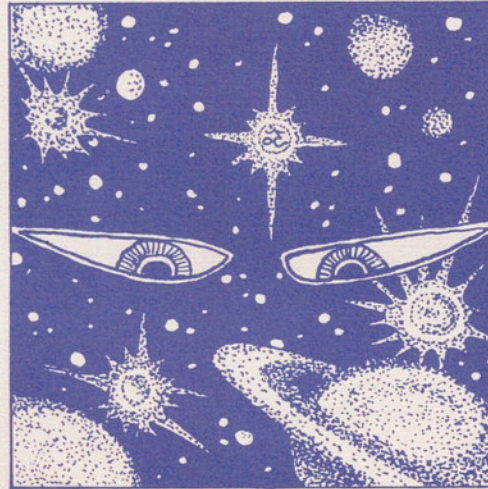
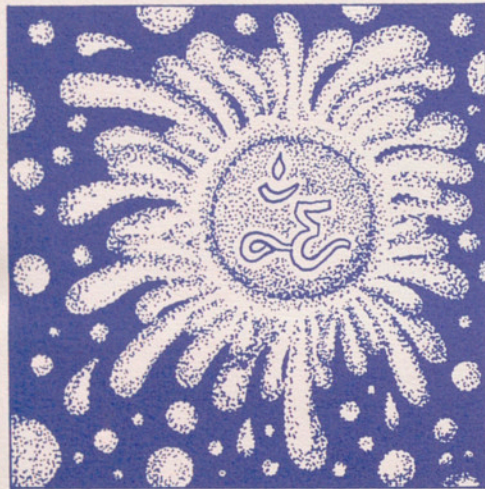
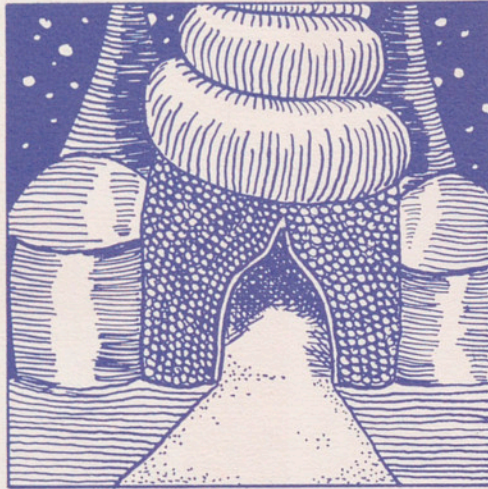
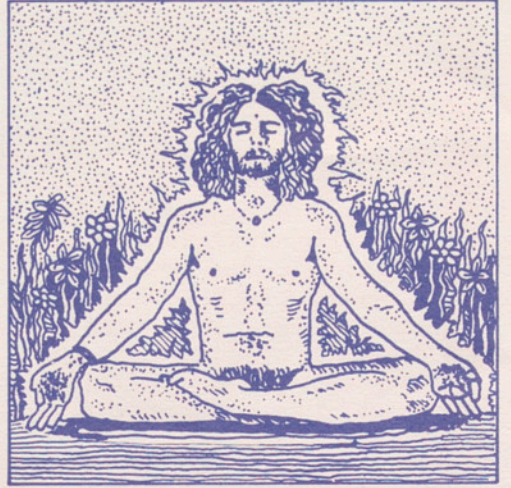
Nadie te despertará si te has quedado dormido y no oíste el gong a las 6h para la primera meditación del día, o el de las 7h para el desayuno, (tú debes estar en el lugar adecuado a la hora adecuada y para la acción adecuada, sino este será tu problema no el suyo).



SAMIE LING  
TIBETAN MONASTIC CENTER  
Esklademuir (near Langholm)  
SCOTLAND









Empezaré con una cita del San Francisco Examiner (10 de octubre de 1973) titulada «El poder de transmisión del pensamiento».

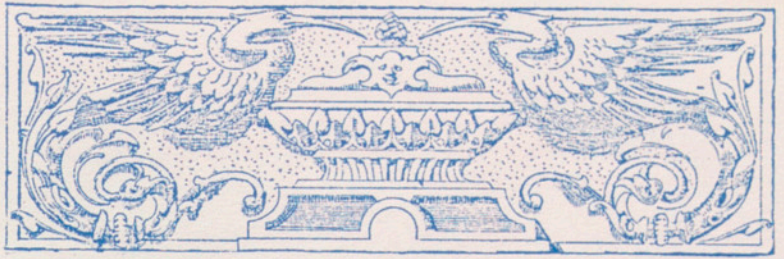
«La evidencia de que el cuerpo humano puede servir como antena y generar el poder necesario para transmitir el pensamiento a cientos de millas fue divulgada durante el fin de semana por los científicos rusos. El Dr. I. M. Kogan del Instituto Popov para el estudio de la radioelectrónica y las comunicaciones en Moscú sacó conclusiones basadas en experimentos de 1966 y 1967 que indican que los pensamientos pueden ser transmitidos mediante ondas magnéticas extremadamente largas con crestas distribuyéndose a lo largo de una distancia de 16 a 600 millas. Por vía telepática el campo electromagnético es posible en teoría a través de cualquier distancia, dijo Kogan en un escrito entregado en un simposio sobre percepción extrasensorial organizado por la Universidad de California en Los Angeles. El artículo fue leído por el propio Kogan, el cual dijo que los cálculos indican que el cuerpo humano genera cuatro o cinco veces la corriente eléctrica que él creía necesaria para la telepatía a larga distancia y habló de experimentos con transmisores y receptores humanos distantes más de 1800 millas entre sí».

La telepatía, la hipnosis, la clarividencia, la psicokinesia y otros fenómenos son ahora áreas de la búsqueda científica, ciertos estados alterados de conciencia han sido estudiados usando el EEG de realimentación.

Una ojeada al estudio hecho en Japón por Kasamatsu y Kirai con maestros Zen muestra que dedicaron mucho tiempo y energía estudiando electroencefalografías correlativas a la meditación Zen. Encontraron un incremento en amplitud y un decrecimiento en frecuencia del modelo de EEG hasta el ritmo alfa, un modelo de onda cerebral de 8 a 12 ciclos por segundo. El ritmo alfa generalmente es medido en el hemisferio derecho del lóbulo occipital detrás de la cabeza.

En India y en China estaban llevando a cabo su estudio con los EEG de los yoguis durante su meditación y encontraron similarmente un incremento de amplitud y un decrecimiento en frecuencia del modelo EEG en la región occipital del cerebro.

El doctor Charles Tart en «Estados alterados de Conciencia» sugiere que los no meditadores, los meditadores Zen y los meditadores de yoga responden de manera diferente a un estímulo externo inesperado como las palmadas de manos. Si usted da un estímulo a un no meditador, lo recordará y después de cierto tiempo estará habituado. En otras palabras, él no se asustará por esto si usted continúa golpeando con las manos cada pocos segundos es decir usted no lo verá en el EEG. El meditador Zen por otro lado oírás esto y será recordado en el equipo EEG, pero no se habituara. El estará presente para el sonido cuando éste suceda como pensando que es totalmente espontáneo y no esperará el estímulo. Con mirar a los yoguis cuando les das esta clase de estímulo ellos no lo oyen después de todo, no lo recuerdan en el equipo EEG, el cual indica su alto grado de separación del maya externo o ilusión.



En febrero de 1972 SCIENTIFIC AMERICAN publicó un artículo de Wallace Benson sobre cambios metabólicos que se producen en los meditadores transcendentales; este artículo se titulaba «la psicología de la meditación». Había una indicación de cosas antes, durante y después de la meditación como la consumición de oxígeno, eliminación de dióxido de carbono, lactato sanguíneo, resistencia de la piel, presión sanguínea y ritmo alfa. El efecto de la meditación trascendental es tan dramático, particularmente cuando se grafía, que ellos llegaron a la conclusión de que la meditación es un lugar donde usted puede ir, el cual es similar de hecho a la reacción combativa o huidiza (o alarma defensiva), pero en dirección opuesta. Estos investigadores en compañía de los doctores Elmer y Alice Green de la fundación Menninger en Topeka, Kansas, están enredados con el estudio del ritmo zeta de las ondas cerebrales y sus correlativos para la fantasía hipnagógica e hipnopompica. Zeta es inferior a la frecuencia y amplitud al ritmo alfa. El Dr. Green sugiere que uno debe ser capaz de dirigir esta fantasía dentro y fuera del pensamiento inconsciente. El proceso, el cual va ligado a los ejercicios de disciplina autógena puede constituir un puente en el dominio de la mente humana de lo consciente y lo inconsciente.

En un intento para entender mejor como abrir la brecha de lo consciente y de lo no-consciente, podemos mirar las diferentes modalidades de los dos hemisferios de la corteza cerebral.

¿Cuál es la evidencia para la laterización?, la prueba más histórica y generalmente aceptada entre los neurofisiólogos tiene que ver con la facilidad del hombre para hablar. Cuando alguien golpea la parte derecha de la cabeza, el sujeto casi nunca pierde la habilidad verbal. Cuando alguien golpea la parte izquierda, el sujeto casi siempre pierde algo de la habilidad verbal. Esto podría indicar un alto grado de localización de la «corteza verbal».

Hay gente con fuertes epilepsias que han tenido su «corpus callosum» rígido en un intento de inanimar las sinopsis epilépticas, las pruebas indican que una persona con un cerebro partido está en una posición donde su mano izquierda no sabe literalmente que está haciendo su mano derecha.

Otro tipo de prueba tiene que hacerse con gente que esté siendo preparada para la neurocirugía. Para determinar el hemisferio en que está localizada la verbalización, y su no empeoramiento, se inyecta sodio amato primero en una arteria carotida y luego en la otra, haciendo cantar una canción a los sujetos. Cuando el hemisferio derecho está anestesiado, sus canciones se vuelven atonales. Cuando es el hemisferio izquierdo el que está anestesiado, todo lo que puede hacer es un susurro, no puede recordar las palabras. También cuando se da la terapia de shock, como psicoterapéutica en los pacientes, casi siempre se da en el hemisferio derecho para minimizar la pérdida de habilidad verbal. (Encuentro interesante que en una cultura en que domina el hemisferio izquierdo, el hemisferio derecho esté padeciendo tratamiento de shock). Otra prueba neuropsiquiátrica indica que a menudo las lesiones del hemisferio causan una pérdida en la memoria visual. Ahora que hemos encontrado un mínimo de caminos para coger las cosas por separado, vamos a ver lo que podemos hacer para volverlas a juntar. O como dice Roberto Assagioli en un intento de juntar lo que el psicoanálisis separa.





Yo quisiera describir mis sentimientos acerca de esto, citando un poema de Wordsworth:

*Grata es la sabiduría que brinda la Naturaleza  
la intervención de nuestro intelecto  
desfigura las hermosas formas de las cosas;  
Asesinamos para disecar.*

O como dijo Carl Jung, me parece inapropiado estudiar la vida mirando los cadáveres. Más allá de toda investigación, la experimentación, la metodología, lo que yo estoy haciendo es buscar un modelo educacional, un modelo que aventaje a la tecnología en lugar de que la tecnología nos aventaje a nosotros. Los chachos de 18 años han visto de promedio 365.000 anuncios de TV. No estoy seguro de la validez de esta clase de programación. Robert Ornstein en su libro «La Psicología de la Meditación» dice: «Supón que la investigación podría trazar ciertos procesos psicológicos que están asociados con, y afirmo, un proceso eficiente de información verbal. Podríamos entonces conectar el sistema nervioso de los estudiantes tan bien como sus manos y ojos al profesor computadora, el cual haría la presentación sólo cuando el estudiante produjera un modelo apropiado de actividad psicológica. Así al mirar un texto, el estudiante necesitaría situarse en un estado en el cual pudiera leer con eficiencia. Si su atención disminuyera el material desaparecería y el estudiante inmediatamente tendría el conocimiento de que necesitaba cambiar su estado.

De esta manera, el proceso de aprendizaje podría marchar adelante mucho más rápida y firmemente. Algunas de las implicaciones de lo que he dicho en este artículo son: control voluntario del sistema nervioso autónomo, salud psicosomática, mecanismos de mutua ayuda más apropiados, incremento de la memoria a través del adiestramiento del ritmo alfa, un modelo más apropiado de funcionamiento neurofisiológico, construyendo el consciente y el inconsciente, sintetizando para llegar a la verdad interna y aproximándose a un modelo fenomenológico ecléctico de las funciones del hombre.★

Símbolos usados para proteger, a lo ancho del mundo.

- |   |   |
|---|---|
|  | 1. universalismo chino<br>símbolo taoísta del yin y yang    |
|  | 2. rueda de la medicina<br>indio-norteamericana             |
|  | 3. centro y sud-américa<br>símbolo del sol maya-azteca      |
|  | 4. mundo occidental<br>cruz cristiana de la resurrección    |
|  | 5. mundo islámico<br>símbolo de la divina unidad            |
|  | 6. mitología griega<br>el báculo de Hermes                  |
|  | 7. tradición hebrea<br>péndulo ascendente-descendente       |
|  | 8. Egipto<br>el ojo de Ra                                   |
|  | 9. zoroastro<br>la llama de la vida                         |
|  | 10. hindú<br>signo sanscrito aum                            |
|  | 11. rueda budista<br>las ocho sendas enlazadas de la verdad |



### COMO IR A CAGAR

La taza del W.C. moderno es un instrumento peligroso que nos obliga a adoptar una postura contra-natura para defecar.

Esta posición puede provocarnos, gases intestinales, constipación y dañar el colon. La forma natural de evacuar los intestinos, que permite un movimiento peristáltico completo es la posición agachada.

La posición sentada inhibe los músculos abdominales que deberían ser los únicos a trabajar, y fuerza a las paredes intestinales a hincharse y a caer.

Una manera de remediar el problema es el cagar agachados sobre un plato colocado en el suelo. O bien agacharse sobre la taza del W.C. levantando las tapaderas.

La solución más simple es instalar delante de la taza un taburete de unos 25 ó 30 cm. de alto e instalar allí los pies durante la evacuación.

Un mantra hindú para cuando estés defecando (de uso exclusivo para este manester):

UTTISH THANTU SURAH SERUE YEX  
GANHARV KINNERAH PISACHA-GUHYAKASH  
CHEV MAL MOOTRAM KAROMYA HAM...





# PROCESO BÁSICO DE LA DIGESTIÓN DEL METANO

Cuando el material orgánico se descompone, produce derivados provechosos. La clase de derivados depende de las condiciones bajo las cuales tiene lugar la descomposición. La descomposición puede ser *aerobia* (con oxígeno o *anaerobia* (sin oxígeno). Cualquier clase de materia orgánica puede ser destruida de una u otra manera, pero los productos finales serán bastante diferentes. (fig. 1).

Es posible imitar y acelerar el proceso natural anaerobico poniendo desperdicios orgánicos (estiércol y materia vegetal) en estado aislado, containers de aire comprimido llamados digeridores. Los digeridores son de dos tipos: 1) digeridores de carga cerrada, que han sido llenados, sellados y vaciados cuando el material crudo ha dejado de producir gas; y 2) digeridores de carga continua que están algo alimentados regularmente, de manera que el gas y el fertilizante son producidos continuamente. El digeridor está alimentado con una mezcla de agua y desperdicios orgánicos llamada «slurry». En el interior (del digeridor), cada carga diaria de slurry fresco desplazará la carga del día anterior que la bacteria y otros microbios ya han empezado a digerir.

Cada carga de slurry se mueve en el digeridor hasta un punto donde la bacteria del metano está activa. En este punto grandes burbujas fuerzan su camino hacia la superficie donde se acumula el gas natural y puede ser quemado directamente con calor y fuego, almacenado para su uso futuro, o comprimido para poseer máquinas de calor. La digestión gradualmente descende hacia la salida final del digeridor y el residuo comienza a estratificarse en distintas capas. (fig. 2).

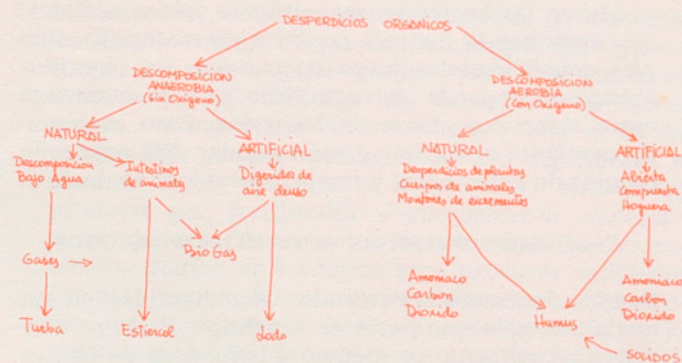


FIG. 1. PRODUCTOS FINALES DE LA DESCOMPOSICIÓN ORGÁNICA

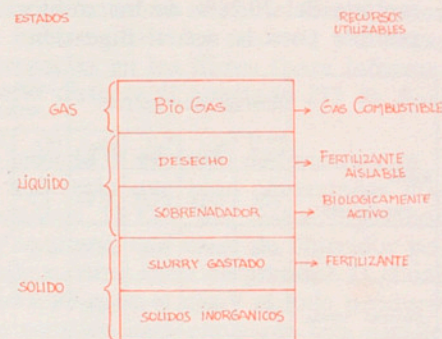


FIG. 2. SITUACIÓN DE LOS DERIVADOS EN EL DIGERIDOR.

## ARENA Y MATERIALES INORGÁNICOS AL FINAL

**Lodo**, los sólidos perdidos del abono original, reducidos en un 40% del volumen que ocupan en estado crudo. El lodo líquido o seco es un excelente fertilizante para cultivos de trigo y alúferas.

**Líquido sobrenadador**, los líquidos pútridos del original slurry.

Observa que la calidad del fertilizante del líquido es tan grande como la del lodo, donde permanecen los sólidos disueltos.

**Desechos**, una mezcla de ordinarias materias fibrosas desprendida del abono crudo, algas, y líquido. La acumulación y separación de desechos es uno de los más serios problemas con los digeridores. En cantidades moderadas, puede actuar como aislante. Pero en grandes dosis virtualmente puede obstruir un digeridor.

**Bio-Gas**, el gas producido por la digestión, conocido como gas de ciénaga, gas de aguas residuales, gas oscuro, o bio-gas está compuesto de un 70% de metano, y un 29% de dióxido de carbono, con rastros de oxígeno e hidrógeno sulfurado que dan al gas un olor distinto. A pesar de que huele como a huevos podridos, este olor tiene la ventaja de encontrar fácilmente la pista de un escape.

## BIOLOGÍA DE UNA DIGESTIÓN

Lo más importante a recordar es que la digestión es un proceso que lleva consigo unas series de reacciones por dos tipos de bacterias anaeróbicas alimentándose de la materia orgánica cruda. El ácido que

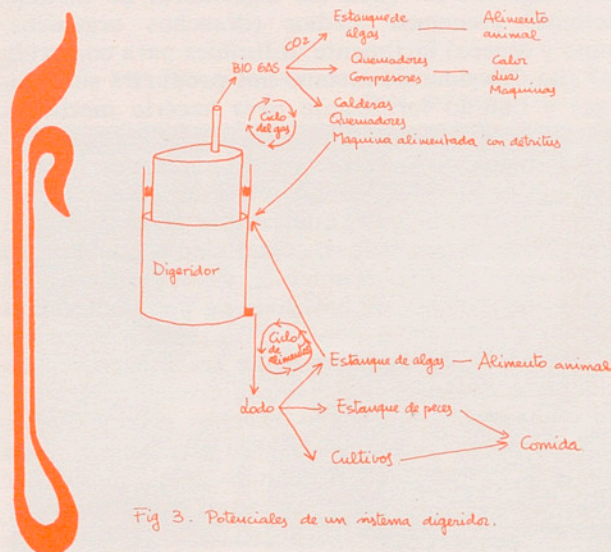


Fig 3. Potenciales de un sistema digeridor.

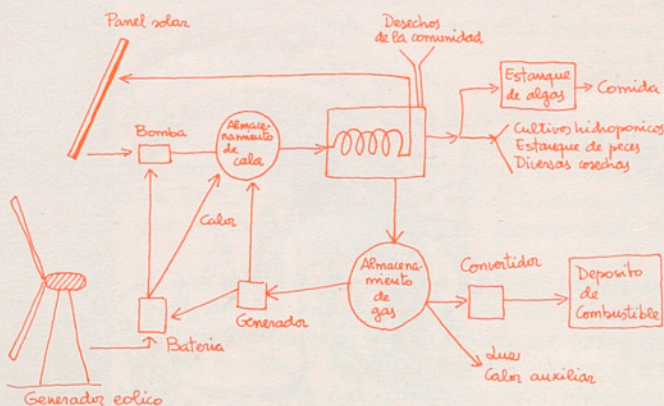


FIG. 4. EL POTENCIAL DE UN SISTEMA INTEGRADO DE ENERGÍA RENOVABLE USANDO UN DIGERIDOR.



producen las bacterias (mayormente ácidos acéticos) descomponen la materia orgánica en materiales simples convirtiéndolos luego en metano. Un digeridor apropiado depende del equilibrio que se mantenga entre estas dos clases de bacterias. Esto es logrado mediante una alimentación regular, PH adecuado (equilibrio ácido-base) y temperatura óptima de 32°C.

#### PROPIEDADES DIGESTIVAS DE LA MATERIA ORGÁNICA

Cuando los materiales crudos son digeridos en un container, sólo una parte de los desperdicios se convierte actualmente en metano y lodo. Algo de ello es no-digerible y se acumula en el digeridor o sale afuera con el efluente y el desecho. Así si nosotros tenemos 100 Kgm. de excrementos de pollo frescos, 72-80% de esto podría ser agua, y sólo 15-24 Kgm. (75-80% sólidos aprovechables para convertirse en metano del 20-28% de los sólidos totales) estará disponible para la actual digestión.

	DETRITOS NUEVO MOJADO				SÓLIDOS TOTALES		SÓLIDOS CONVERTIBLES EN METANO	UNIDAD DE ABASTECIMIENTO
	Peso del animal Kg	Kg/día	Tm/año	litro/día	Kg/día	Tm/año	Kg/día	
BOVINO								
VACA LECHERA	725	5'98	2'438	8'182	7'5	3'45	6'25	300-350
	590	48'5	19'81	68'19	6'12	2'54	5'08	250-300
TERNERO LECHAL	450	38'5	15'74	50'91	4'17	1'72	3'4	150-200
BUEY CRIADOR	450	27'2	11'17	34'09	3'12	1'31	2'67	150
BUEY PROVEEDOR	226	20'4	8'33	23'63	2'63	1'01	2'17	120
CABALLAR								
GRANDE	450	20'4	8'33	30'45	4'26	1'72	3'4	180-200
MEDIANO	380	16'3	6'7	24'54	3'17		2'49	120-150
PEQUEÑO		6'98			1'36		1'08	50-70
PORCINO								
CERDO PRORECTOR	226	11'3	4'67	13'63	0'99	0'4	0'72	40
CERDO CRIADOR	90	5'89	2'43	5'09	0'45	0'22	0'45	25
	45	2'94	1'21	2'72	0'27	0'11	0'22	13
CRÍA	6'8	0'45	0'2	0'45	0'045			
OVIINO								
CRIADOR	45	1'8	0'71	4'56	0'45	0'18	0'36	20
CORDERO	13'5	0'68	0'3	1'81	0'18		0'09	5
AVIATERIA								
PAVOS	6'8	0'27	99'78k	0'68	0'068	24'94kg	0'045	2'5
PATOS	2'7	0'18	113'39kg	0'45	0'045	16'78kg	0'031	1'8
POLOS PARA COMER	1'8	0'13	49'89kg	0'31	0'031	11'79kg	0'022	1'3
GALLINA PONEZORA	1'8	0'09	34 kg	0'22	0'022	8'16kg	0'018	1



#### PRODUCCIÓN DE EXCREMENTO

Cuando tú ves una tabla que muestra la cantidad de excrementos producida por diferentes maneras de abastecimiento, se te ocurre que la de la tabla probablemente no será la cantidad que actualmente es utilizable de la producida por los animales. Hay tres razones para esto: 1) la producción de excremento varía con el tamaño del animal, 2) No todo el excremento producido es recogido fácilmente, y depende del grado de aguante del abastecimiento, 3) La clase de excremento que puede ser recogido puede ser excremento fresco, excremento más reposado, excrementos sólo mojados, etc... La unidad de aprovisionamiento: Teniendo en cuenta todas las cosas que pueden afectar el tipo, calidad y cantidad que podemos recoger para la digestión, podemos reunir una tabla de producción de excrementos general que muestre cantidades aproximadas de promedio de excremento fresco, sólidos totales y sólidos convertibles en metano producidos por vario del material digestible prontamente utilizable por diferente abastecimiento.

De este modo, en promedio un gran caballo produce cerca de 180 veces más material digerible que la producida por un pollo.

#### DIGERIDORES DE METANO: ALGUNAS CUESTIONES BÁSICAS

Con este muy general panorama estamos dispuestos a preguntar una cuestión fundamental acerca del uso de los digeridores: ¿son los digeridores de metano prácticos? ¿tenemos medios (desechos orgánicos, tiempo y dinero) fácilmente utilizables para construir uno? ¿un digeridor de metano nos producirá suficiente gas y líquido fertilizante para hacerlo meritorio mientras se construye y mantiene uno? ¿son prácticos los digeridores de metano? La respuesta ha de darse con escala y necesidades. A gran escala, es decir, con un tratamiento que facilite el centralizado del desperdicio (municipal, comunidad o pueblo), las operaciones de abastecimiento, y los procesos de plantas alimenticias, no hay duda de que la digestión anaeróbica es un buen camino para reciclar desperdicios orgánicos. El incremento de trabajo en los digeridores está siendo hecho a este nivel todo el tiempo. En una escala intermedia (ranchos, establos, grandes perreras, pequeñas granjas) el problema está en el coste de la operación. A pequeña escala parece ser real la duda de si los digeridores son realmente prácticos para algo, excepto en aisladas ventajas domésticas o como instrumentos educacionales.

	PORCIÓN	CANTIDAD Kg/día	% SÓLIDOS TOTALES	SÓLIDOS TOTALES Kg/día	% SÓLIDOS CONVERTI- BLES	SÓLIDOS CONVERTI- BLES Kg/día	UNIDAD DE ABAS- TECIMIENTO	
HUMANOS	68 Kg.	ORINA	0'99	6%	0'059	75%	0'045	6
		EXCREMEN- TOS	0'22	27%	0'063	92%	0'059	
		TOTAL	1'22	11%	0'122	84%	0'114	

TABLA 1 - PRODUCCIÓN DE RESIDUOS POR DISTINTAS FUENTES DE ABASTECIMIENTO Y POR HUMANOS. UNIDAD DE ABASTECIMIENTO: PRODUCCIÓN DE SÓLIDOS CONVERTIBLES EN METANO DE 1 GALLINA.





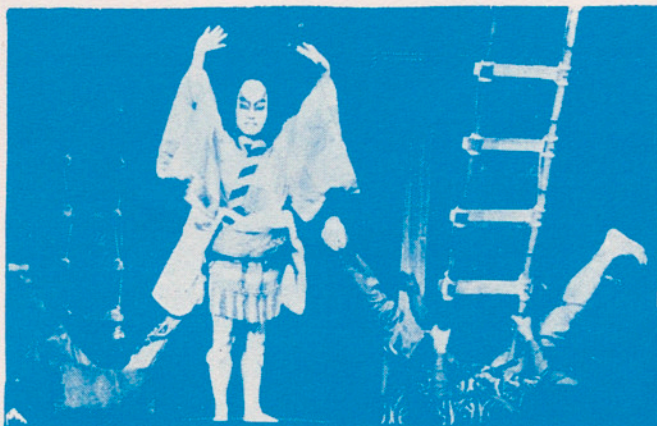
Ciertamente habría discusión con esto de la gente experimentando sistemas digeridores a pequeña escala. Pero la opinión común entre la gente que ha intentado poner pequeños digeridores es de que la cantidad de gas utilizable es generalmente demasiado pequeña para justificar el tiempo y coste de construir uno.

Algunas operaciones que hemos visto actualmente usan más energía (a menudo electricidad) calentando su digeridor que la producida por el digeridor mismo.



USO	LITROS	PROPORCIÓN
LUZ	85'23	POR QUEMADOR DE WZ POR HORA
COCINA	275 410 - 510	POR HORA POR QUEMADOR POR PERSONA POR DIA
INCUBADORA	0'5 - 0'7	POR LITRO DE INCUBADORA POR HORA
NEVERA DE GAS	1'2	POR HORA POR LITRO REFRIGERADOR
MOTOR DE GASOLINA (EFICIENCIA 25%) CH <sub>4</sub> Biogas	375 545	POR CABALLO VAPOR POR HORA
COMO GASOLINA CH <sub>4</sub> Biogas	4500 a 5500 6150 a 8500	POR 4'5 l.
COMO GAS-OIL CH <sub>4</sub> Biogas	5100 a 6400 6800 a 9500	POR 4'5 l.

TABLA II USOS PARA EL METANO. CONSUMIDORES DE METANO Y BIO GAS PARA DISTINTOS USOS.



*Una curiosa influencia del teatro Nô en las costumbres de la vida cotidiana del pueblo japonés, es la peculiar manera de mover los pies a pequeños pasos al andar.*

*En un curso de técnicas y prácticas en Nô fui rogado a situarme en pie con el cuerpo erecto y con la vertical de la frente, a unos 10 cm. delante de la punta de mis pies, y a partir de esta posición efectuar distintos movimientos con los brazos para expresar las situaciones y estados de la parte de la pieza Nô que me había correspondido interpretar.*

*Si efectuáis este ejercicio podréis observar en un principio una sensación de inestabilidad debida a una falta de costumbre pero también una presión hacia delante del cuerpo en su centro de gravedad, aparte de una mayor tendencia de los brazos a doblarse por los codos, y a moverse, lo que favorece la expresión, que es lo que pretende este ejercicio "teatral" pero al mismo tiempo, al andar, los pasos disminuyen su longitud, pero aumentan perceptiblemente en ritmo, lo que extendiéndose a la población constituye una influencia y una característica aparte de curiosa fácilmente apreciable, en el pueblo japonés.*



Así estamos, perdidos en una tontería, la máquina fertilizante-energía consumiendo energía. Esto puede que no sea muy malo si creemos que la calidad fertilizadora del lodo del digeridor es superior al excremento... y hay razón en creer esto. ¿Pero se ha de recomponer nuestro pensamiento con digeridores a pequeña escala tal como es su propósito realmente: producir gas, fertilizador o simplemente manejar desperdicios? Observe que se necesitan los excrementos diarios de 8 adultos para procurar suficiente gas para cocinar las comidas de una persona. Si piensas que es rentable... hazlo. En ocasiones donde la gente está queriendo reducir su nivel de vida drásticamente, y tiene tiempo para mantener un digeridor, los pequeños digeridores pueden ser un entretenimiento y ayudar a procurar una pequeña porción de la energía necesitada y un valioso fertilizador. Pero sólo porque produzca energía un digeridor no es necesariamente una construcción rentable. Haz algunos esquemas serios primero. Usa las tablas 1 y 2 como guía y busca referencias en los libros (para información de bibliografía dirígete al apartado 275 de Barcelona).

Una vez se haya tomado la decisión de construir ya un digeridor es necesario que sean contestadas dos cuestiones adicionales: 1) Con los restos orgánicos y las reservas en la mano, qué clase de digeridor podría ser construido y cómo sería de grande? 2) ¿Cuál es la mejor manera de usar el gas y el lodo producidos? La primera cuestión está explicada con detalle en los muchos libros que se pueden obtener. Al mirar la segunda cuestión, recuerda que un digeridor es el corazón de un sistema que produce fuel-gas y fertilizador. Estos derivados pueden ser utilizados en una variedad de maneras (figs. 3 y 4). Quizás la ventaja más grande para los digeridores no es tanto que producen fuel y fertilizador sino que sirven como componentes de un sistema integrado. Sus demandas biológicas de calor significan que los digeridores pueden ser alimentados por los excesos de energía de los recursos solares y del viento, mientras al mismo tiempo pueden usar sus propios productos de detritus como fuel. Los digeridores son literalmente las tripas de un sistema energético integrado. (Próximamente intentaremos informar sobre ello).

El uso más provechoso del metano es en máquinas de diesel estacionarias y localizadas cerca del digeridor.

No hay panaceas de comida gratis con sistemas de energías renovables, indudablemente no digeridores de metano. ★





*Proporcionar medicamentos para curar aquellas enfermedades que ya se han desarrollado, es sólo asimilable a la conducta de esas personas que empiezan a cavar el pozo recién cuando sienten sed. ¿No serán sus acciones demasiado tardías?*

SU WEN, capítulo II

Dado que era obligación del médico conservar sanas a las personas bajo su cuidado, en China, durante siglos, los médicos estaban obligados a pagar de su bolsillo los medicamentos que prescribían. Porque el enfermo al deberle su estado de equilibrio al médico, pagaba, en consecuencia, mientras estaba sano( es decir, cuando más fácil le era además conseguir el dinero) y el médico, así vivía de la salud y no de la enfermedad de la gente, satisfacción espiritual nada desdeñable.

Pero lo más espectacular es el hecho de que para el programa sanitario chino actual el factor principal es la educación sanitaria de toda la población. En la base, los trabajadores sanitarios, capaces de un primer diagnóstico y de cuidados elementales. Estos adjuntos se ocupan, como máximo, de un grupo de cien personas a cuyos componentes conocen a la perfección: ¡Atención personalizada en un país de ochocientos millones de habitantes!

A pesar de una población inmensa en número, China es el primer país que ha vencido el analfabetismo sanitario y que, a la vez, ha sabido (¿o es que, libre de ciertas presiones financieras, ha podido?) brindar medicina igualitaria. Otro dato que debiera ser muy tenido en cuenta es el de los «cien cientos», estos trabajadores sanitarios aprenden, en cien días, a situar y utilizar cien puntos de acupuntura; a prevenir, diagnosticar y tratar cien enfermedades, a conocer y a prescribir cien hierbas medicinales y a practicar cien clases de intervenciones quirúrgicas.

La pregunta (¿lógica?) es: ¿resulta imposible hacer la prueba? Si terminara en fracaso, ¿qué habría sucedido? Tres meses de un grupo de alumnos y profesores. Pero no hay que hacerse demasiadas ilusiones: dentro del sistema que rige actualmente la sanidad occidental, nadie se decidirá a encarar una campaña semejante, ni puede garantizarse su éxito si la empresa no cuenta con un respaldo filosófico, político y económico que le dé autoridad. ☺

health food

**\*Lima**

gevaertdreef 10  
9830 st.martens-latem  
belgia

**COMICS** presents ecology tips  
by ioanna salazar  
featuring mr. tips

DEDICA TU  
TIEMPO A:  
ECONOMI-  
ZAR AGUA!

© Salazar 73

CUANDO....  
LAVAS LOS PLATOS  
LAVAS TUS MANOS  
LAVAS LA ROPA  
LAVAS LAS VERDURAS  
ETC. GUARDA EL  
AGUA.....

PARA LIMPIAR  
LA TAZA DEL  
W.C. CADA  
VEZ QUE TI-  
RAS LA CADE-  
NA, 10 LITROS  
O MÁS DE BUE-  
NA AGUA SON ECHADOS  
EN FONDO A LA CLOACA!

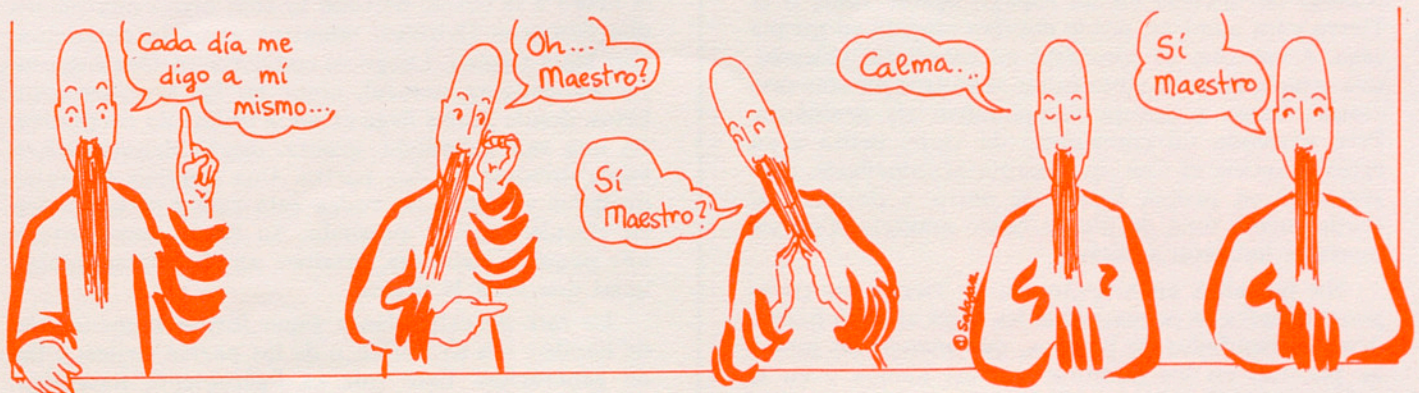
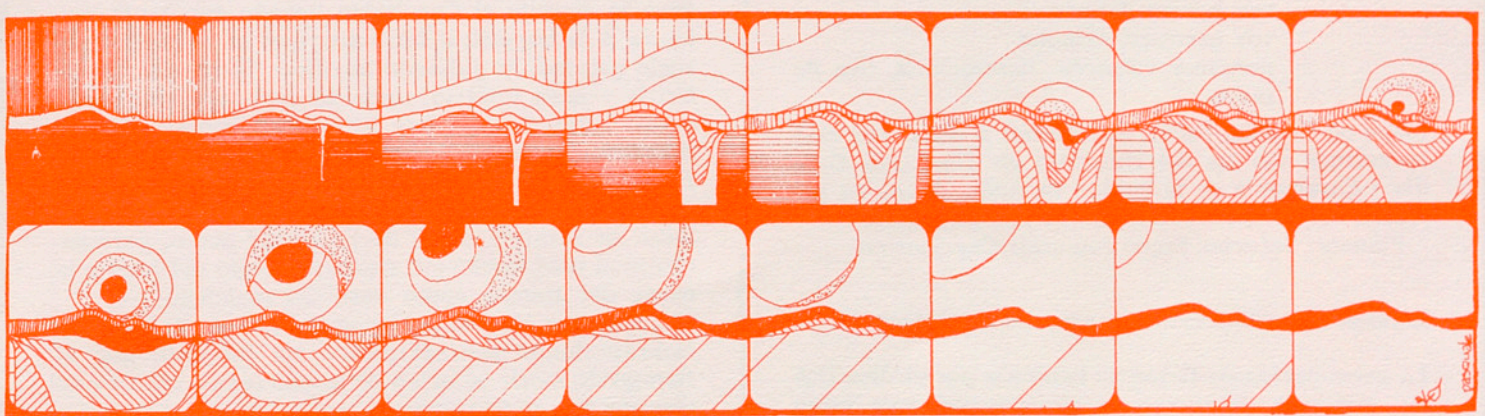
BARREÑO DE  
ALMOXENAMIENTO







Ve la naturaleza y la comprende  
 toma los colores del arcoiris  
 el elíptico sonido de los mundos, su forma  
 el espíritu universal que se divide en todos los que  
 cubren su universo  
 La vertiginosa danza de los planetas en incesante  
 movimiento  
 La luz de infinitas estrellas  
 bajo sus pies un turbulento océano  
 que no sacia su sed  
 Y con su silencio habla a un mundo sordo  
 Y bajo su mirada luminosa ve como las sombras se  
 apoderan del hombre  
 Y nos canta su canción el Ave del Paraíso  
 Se vuelve manso tras la piel de cordero  
 Bravo en las astas del toro  
 Tu voz en el trueno  
 Tu silencio en una noche solitaria  
 Te confundes con la corriente del río  
 en el mar te transformas en espuma  
 y te elevas al cielo en una gaviota blanca.





h



z

MANDRAGORA FOEMINA



MANDRAGORA MAS.



Cada planta es una estrella terrestre. Sus propiedades celestes se hallan inscritas sobre los colores de sus pétalos, y sus propiedades terrestres, en la forma de sus hojas; toda la magia está contenida en ellas, ya que las plantas representan en su conjunto todas las potencias de los astros. (Paracelso).

## LA MANDRÁGORA

«Y fue Rubén en tiempo de la siega de trigos, y halló mandrágoras en el campo, y trájolas a Lea su madre. Y dijo Raquel a Lea: ruégote que me des las mandrágoras de tu hijo. Y ella respondió: es poco que hayas tomado mi marido sino que también has de llevar las mandrágoras de mi hijo? Y cuando Jacob volvía del campo a la tarde salió Lea a él y le dijo: A mí has de entrar, porque a la verdad te he alquilado por las mandrágoras de mi hijo.» (Génesis 30, 14 16).

MANDRÁGORA (Pántax quinquefólium)

voz china Gig-Seng

voz hebrea Jabora

voz germana Alraune

nombres vulgares: berenjenilla, uva de moro.

Crece en España, Italia, Asia Menor o Siria. Las más apreciadas son las del Himalaya en Tibet, isla Gandía y Caramania en la ciudad de Adán, donde su parecido con la forma humana es extraordinario.

Planeta: Saturno. Signo zodiacal: Capricorino.

## LEYENDA (De cómo brotó la primera mandrágora)

La constelación de Orión es habitada por el dios Osiris, quien en un acceso de aburrimiento que venía sufriendo desde millones de años sin haber tenido ocasión de mirarse en un espejo, decide venir a la Tierra para admirar, desde nuestro planeta su propia casa. A este fin, se convierte en caballero, ciñendo una espada en cuyo cinto fulguraban tres piedras preciosas. Casco y coraza completaban su armadura. Pero ansiando un compañero de viaje, invita a su estrella vecina el Can, que acepta acompañarle, conservando su propia figura de perro y llevando al cuello media luna de plomo como amuleto. De este modo se lanzaron a volar...

No tardaron en acercarse a la Tierra, en cuyas proximidades lo primero que les salió al paso fueron grandes bandadas de pájaros, que piando de júbilo, se posaron en los hombros, en las manos y en la cabeza del dios Osiris como si se tratase de un viejo

amigo. Con el Can nada querían, pues daba mordiscos, gruñía y trataba de matar al que se aproximaba. Más cerca de la Tierra, grandes nubes de mosquitos, abejas y moscardones les asediaron, respetando al caballero, aún cuando al pobre perro trataban de mortificar sin compasión. Todavía más cerca de nuestro planeta, fue tan grande el efecto de la Ley de Atracción, que el perro, arrastrado por su luna de plomo bien pesada, se adelantó considerablemente hasta perderse de vista. Osiris, entre tanto, escuchaba el relato de cuantos animales encontraba, con respecto a las cosas de la Tierra.

Pero la estrella el Can había llegado con tanta violencia a la superficie terrestre, que se hundió en el suelo gritando y pidiendo auxilio... Siente la alarma Osiris y para librarlo, toma su espada y empieza a cavar. Primero, descubre su ocico, luego sus orejas, más tarde la cabeza, las patas y por último el cuerpo. En esta operación había quedado en la tierra trozos de espada y trozos de carne del animal. Una mescollanza de acero y carne de perro. El acero, perteneciente al dios quedó allí como principio del bien y la carne del animal, como base del maleficio.

Cuanto que aquella noche se levantó en su lugar un cadalso donde fue sacrificado un inocente que al tiempo de morir se orinó de miedo (otros autores dicen que fue al derramar su semen, no el orín). Estos orines cayeron sobre la materia prima dejada por el acero y la carne, de todo lo cual brotó una planta que llamaron Osirides, mientras otros la denominaban Mala Canina. Luego se convirtió en Mandrágora. La mandrágora natural, crece en los bosques sombríos, donde jamás llega el sol, a orillas de corrientes. Es una raíz cabelluda, gruesa, larga, blanquecina, a veces dividida en dos partes. Una porción de hojas ovaladas y onduladas rodea esta raíz y se extienden en círculos por el subsuelo. Su fruto, semejante a una pequeña manzana, produce un olor desagradable igual que toda la planta.

La raíz de esta planta tiene forma humana, sea de hombre sea de mujer, o de las partes viriles, o las de generación. Esta raíz es ligeramente narcótica. Los antiguos le atribuían propiedades afrodisíacas



que la hacían muy apreciada y buscada por las brujas de Tesalia. También como amuleto contra la esterilidad. Las damas en la época del Renacimiento la utilizaban para tener hijos, generalmente era el mismo verdugo quien las conseguía, para su cliente clandestino. Se sabe que en el mercado secreto se habían pagado sesenta y cuatro florines de oro.

La mandrágora es especialmente eficaz para la Magia Negra. Se utiliza como ungüento de los brujos para asistir al aquelarre.

La raíz es poderoso condensador de fuerzas astrales. Los brujos chinos empleaban esta planta para producir la locura o causar grandes sufrimientos. Para ello debe cogerse la planta bajo determinada influencia astrológica y manipulada según un rito maléfico. Pero arrancarla no era cosa fácil! Se decía que al extraerla de la tierra profería unos gritos que provocaban la muerte... Pero para evitar tal desgracia, ahondaban la tierra alrededor de la raíz, ataban al extremo de una cuerda de cáñamo en ella, y el otro extremo al cuello de un perro negro, al cual se le propinaban unos buenos latigazos, para que al huir arrancara la raíz. El pobre animal moría en esta operación y servía de sacrificio sustitutivo para aplacar a las divinidades infernales. Luego de enterrar piadosamente al perro según una liturgia secreta, se colocaba pan, sal y un óbolo en el agujero que dejaba la mandrágora extraída en la tierra; mientras tanto el mortal que la poseía era dueño de un poderoso talismán, un tesoro inestimable, puesto que con ella lo conseguía todo.



LA MANDRÁGORA EN LA ALQUIMIA

Antiguamente se decía de esta raíz, que era el vestigio umbilical de nuestro origen terrestre. Algunos alquimistas aferrados a esta idea, soñaban con el cultivo de la mandrágora artificial, para luego humanizarlas y poder hacer hombres sin el concurso de mujeres.

¿Cómo hacer una verdadera mandrágora? He aquí la fórmula que nos da Agripa:

«Mezclad en un recipiente que no sea artificial (una cáscara de huevo después de provocar el vacío por

medio de la aspiración), un poco de sangre con partículas de las más nobles del cuerpo en proporción convenientes, y ponedlo junto en incubación. Al cabo de un tiempo determinado, hallaréis una masa que os recordará la forma del cuerpo y con la cual podréis ejecutar cosas maravillosas. En seguida veréis que un líquido grasiento como aceite, bañará todo el contorno de dicha masa. Mezclando este líquido con vuestro propio sudor realizaréis por medio de simple contacto, serias modificaciones en las percepciones de vuestros sentidos.»

Podemos intentar llevar a cabo esta fórmula, pero no podríamos conseguir nada serio, puesto que el androide de los antiguos era un secreto oculto a las miradas profanas.

#### LA MANDRÁGORA. SU UTILIDAD EN MEDICINA

En la actualidad no se le conoce utilidad alguna. Antiguamente se le atribuían curaciones, sobre todo en la medicina Goética, donde era utilizada obteniendo grandes resultados, contra las enfermedades de los órganos sexuales, contra dolores de riñón y bazo. Pasemos a citar alguna fórmulas:

«Toma la raíz de la mandrágora, fresca si es posible y si no seca; la fresca se pelará y se hervirá con vino diluido en agua, luego se aplica como cataplasma». Esto reducirá apreciablemente el dolor después de la caída del recto. (*Hipócrates.*)

«La mandrágora mezclada con aceite y miel, cura las mordeduras de serpiente.»

«Su jugo empleado como pesario en la cantidad de medio óbolo, provoca la menstruación.»

«Toma la cantidad de dos óbolos de peso, su jugo mezclado con miel, ahuyenta la melancolía.»

«La mandrágora encurtida en vinagre aliviaba a los que padecían de erisipela.»

También se empleó su jugo como analgésico y soporífero y entraba en buena cantidad en la composición de la «bebida herbosa» que daban los cirujanos a sus pacientes antes de operar. (*J. Dalescham.*)

Todas estas fórmulas se llevaban a cabo con pequeñas dosis pues de lo contrario la mandrágora causaba la muerte, por ello ha de ser un experto el que utilice estas fórmulas.

#### CONCLUSIÓN

En realidad esta planta tan apreciada antiguamente, que para el vulgo estaba rodeada de superstición, para el iniciado, el mito de la mandrágora estaba rodeado de simbolismos. Era el matrimonio del cielo (sutil) y la tierra (materia).

Para el alquimista su mandrágora artificial era el mito tras el que se escondía su verdadero propósito, la búsqueda del espíritu más sutil.

He aquí pues que para el iniciado esta planta mágica por excelencia, crece en la tierra y conoce sus secretos, es una puerta abierta al conocimiento que como ella sus beneficios vienen acompañados de grandes peligros, quizás incluso la fatalidad.

La mandrágora, es pues, una planta completa, puesto que en pequeñas dosis cura cualquier enfermedad, sea del cuerpo o del espíritu, pero que si el inconsciente abusa de ella, causa la muerte.

(Textos extraídos de: Alberto el Grande, Paracelso, Eliphas Lévi, H.P. Blavatsky, K. Heller.)





## FRANCIA

Kagda Dzong (Centro Kala Rinpoche)  
24 rue Phillipe Hecht  
Paris IXX Tel. 205 24 78

## ALEMANIA

Purvodaya (Campos de meditación Bhagwan)  
8051 Margarethenried  
Fongihof

Castle Schöneck (centro de conferencias para el crecimiento espiritual)  
Kettenhofweg 113  
Frankfurt am Main

Centro de meditación Sri Chinmoy  
Markt 44  
51 Aachen

Ohawa Zentrale  
255 Munsterstrasse  
Düsseldorf

## AUSTRIA

Sivananda Yoga Vedanta Zentrum  
Rechte Wienzeille 29/3/9  
Viena

## ITALIA

Centro Yoga  
Via dei Bardi 5-50125  
Firenze  
Istituto Yoga di Milano  
Via Lusardi 10 - Tel. 6428652  
Milan



## INGLATERRA

Beshara Centre (sufismo)  
31 Raydon St. Archway  
Londres W11

Sai Baba Hindu Centre  
25 Hoop Lane, Golders Green  
Londres

Three Ho— Europe centre (Kundalini yoga)  
1 Adam and Eve Mews, Kenington  
Londres

## DINAMARCA

Lautrup Norgaard's Yoga Institut  
Vester Brogade 2 - Tel. 6127887  
8220 Aarhus

## HOLANDA

Guru Ram Das Ashram (kundalini yoga)  
Den Texstraat 46  
Amsterdam

Kosmos - Tel. 2067477  
Prins Hendrikkade 142  
Amsterdam

## COLABORACION

Texto  
Dibujo

Página

Oscar Caballero*	T	25
Jack Frazier*	T	7, 8, 14.
Jaume Fargas	T	17, 18, 21, 24 (traducción, adaptación)
	D	(rotulación)
Italo Giordani	T	4, 13, 14
	D	13, 14, 18
Joan Ramón Guzmán	D	rotulación, 19, 20, 26, 27, 28, 30
Herrigel*	T	10.
Tadashi Kato*	D	11, 12
A. Leewis	D	15, 16
Germán Maestu	D	7, 8, 10, 21, 22, 23, 25
Isabel Moltó	D	numeración páginas
	T	traducción, corrección
Roser Maestu	T	26, 27, 28
Richard Merrill*	T	22, 23, 24
Pasquale	D	26.
Fernanda Pivano*	T	entrevistadora
Josep M. Pallissa	D	3, 6
Jaume Roselló	D	2, 10, (archivo ad.)
	T	5, 6
Marti Riera	D	portadas, 13, 14
Manuel Rubiales	D	portadas, 7, 14, 17, 20, 21, 24, 30
Ioanna Salajan	D	4, 25, 26
Francesc Vila	T	1

\* tienen ©

Fé de erratas

línea 7  
pág. 6  
" 20  
" 21

debe decir:  
" "  
" "  
" "

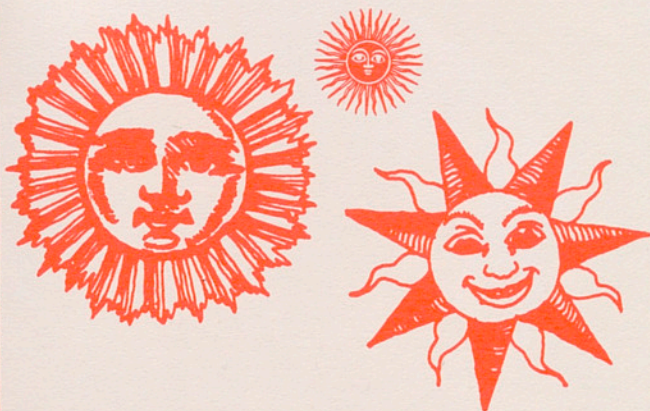
...su paso por la tierra  
...servir como antena  
...Los muchachos.



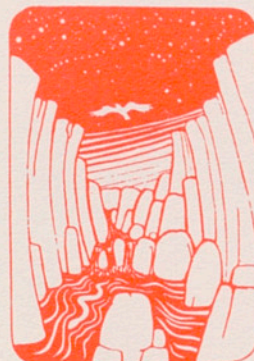




Os rogamos que nos enviéis direcciones de toda España teniendo en cuenta la línea de esta publicación para publicidad en posibles otras publicaciones del mismo tipo, podéis enviar dibujo o marca a un color, es gratuito, pero se comprobará exhaustivamente la exactitud y veracidad de todo lo publicado.



## AU BOUT DU MONDE



BOEKEN

misticismo, ocultismo,  
astrología, yoga, sufismo tarot,  
religión y filosofía orientales,  
humanidad, psicología

AU BOUT DU MONDE publica un CATALOGO conteniendo información acerca de unos 5.000 títulos, clasificados por su especialización.

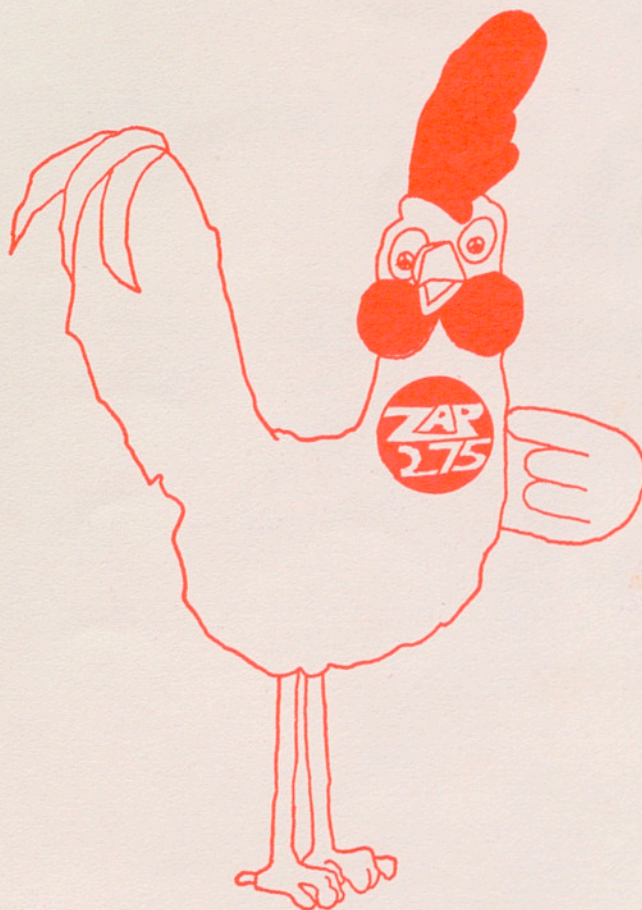
Si deseas recibir este catálogo, manda un giro de 150 pesetas, indicando «CATALOGO» a:

Singel 361 Amsterdam (tel 20 25 13 97)



"PASTANAGA" PRODUCE LOS TEBEOS, LIBROS Y POSTERS MÁS ENROLLADOS DE ESTE COSMOS.

PUEDES ENCONTRARLOS EN "ZAP 275" Y EN EL "KIOSCO ASENSIO" DE BALMES-ROSELLÓN.



ESPARTERIA 17  
BARCELONA I





