



«Necesitamos urgentemente una nueva relación saludable con la Tierra», dice

MANUEL ALMENDRO ■ ESCRITOR Y PSICÓLOGO

## «Vivimos en crisis, pero de conciencia»

### ¿Qué es el chamanismo?

-Una forma de vida y de conocimiento que llamo la «vía de la mente nativa»; no sólo por lo indígena, sino también porque una mente nativa es aquella que acaba de nacer y está limpia de ego: me refiero a la mente primigenia de la que hablan los budistas y otras tradiciones.

### ¿Qué pintan los budistas en esto?

-¡Los monjes tibetanos también son chamanes! Existe una sabiduría intemporal que algunos estudiosos han llamado filosofía perenne: cristianos, budistas y chamanes han puesto su atención sobre temas muy parecidos.

### ¿Me da un ejemplo?

-El concepto de «rueda de la vida» de los indígenas mazatecos es equivalente al de las culturas amazónicas. También es comparable a los mandalas tibetanos, la danza de Shiva o el vía crucis cristiano.

### ¿Y qué nos dice esa rueda?

-Que la vida es un ciclo evolutivo donde no hay nada superfluo ni absurdo, que existe un carrusel de formas arquetípicas que hacen girar el tióvivo de la existencia...

### ¿Cómo me bajo del tióvivo?

-Para abandonar ese corsé existencial, uno necesita tomar conciencia. Y caemos en la crisis emergente, generada por el dolor de vernos como autómatas repetitivos.

### ¿Tan mal vamos?

-Tanto a nivel individual como general, es mucha la gente que nota que algo no marcha bien. Vivimos una crisis que no es económica, sino de conciencia. Necesitamos urgentemente una nueva relación saludable con la Tierra hacia la cual puede guiarnos el chamanismo.

### ¿Qué saben los chamanes que no sepan los psicólogos?

### En 20 líneas

Durante 28 años, el doctor Almendro recorrió América en busca de la sabiduría ancestral indígena. Ahora condensa sus hallazgos en «Chamanismo, la vía de la mente nativa» (Kairós), donde nos cuenta en qué consiste la medicina y espiritualidad chamánica a

-Saben que, para transformarse, todo ser humano debe atravesar su propio «viaje del héroe». El héroe atraviesa la oscuridad de la noche existencial para enfrentarse a lo desconocido.

### ¿Y los chamanes son guías?

-El chamán es aquel que ha obtenido conocimientos espirituales que utiliza para ayudar y curar a los miembros de la comunidad.

### ¿Cómo se interesó por ellos?

-En 1980 conseguí un dinero para volar a Los Ángeles. Una vez allí, viajé hacia el Sur y fui a encontrar la cultura mazateca. Quería conocer a

la famosa chamana María Sabina, pero los «hippies» de California hacían cola para verla.

### -¿Vaya fiasco.

-Fue lo mejor que me pudo ocurrir: me crucé con Don Patricio, que fue mi chamán. Murió el pasado 6 de enero, a un día de cumplir los 102 años. Sus familiares me contaron que, tras morir, abrió los ojos para decirles que le despidieran de mí.

### ¿Cómo aplica el chamanismo a la psicoterapia?

-Lo primero es disolver el corsé del ego: lo llamo «atravesar la puerta de los hombres». Así, estaremos preparados para llamar a «la puerta de los dioses», es decir, el éxtasis.

### ¿Y cómo lo hace?

-Trabajando el «hara», ese punto a dos dedos bajo el ombligo que los orientales identifican como el centro del ser humano. El secreto está en pasar de existir a nivel mental a comenzar a existir en el «hara».

### ¿Es usted un chamán?

-Sólo soy un terapeuta con 25 años de práctica clínica. Y sé cómo ayudar a la gente a detener el pensamiento. El primer paso para superar nuestros condicionantes y vivir en plenitud.

## Los tiempos



Paco REYERO

En estos tiempos de rayos y truenos, hasta los incrédulos han vuelto a rezar el rosario para que, precisamente

los tiempos, otra vez sean los de antes. Cuando, según está explicado, la vida va dejando surcos, robando prendas del «almario» y preparándonos a empellones para la muerte al sisar, día a día, la frágil ilusión que sale intacta de la infancia.

La pregunta del millón (que va del pálpito a la almohada y de la almohada se queda flotando en la noche de centurias de parados insomnes) siempre es sobre la fecha en la que se saldrá de la crisis: el año, el mes, el minuto. Diagnóstico, tratamiento, curación. Varios ministros y otros seres lunares que toman decisiones sin bajarse de la moqueta, sin pisar el albero, han planteado la cuestión como la inauguración de un puente: llegará el día en que se descorrerá una cortina y una placa dará

### Una vez que ha empezado la «guerra», ya no volveremos a ser los de antes

testimonio a la posteridad de la fecha en la que salimos de la crisis. Como en un cuento de Poe, nos hacen creer que todo este maremagnum de gente respirando ira y resignación se desvanecerá la noche en que los cazadores den muerte al lobo que destrozaba el rebaño. Entonces el sol volverá, pero no resucitarán las ovejas ni esos tiempos que, como sociedad, hemos tenido que abandonar con un par de hostias y una reprimenda por fanfarrones, por nuestro deseo de ostentación y nuestro raquítico esquema de valores. La crisis nos va a barrer por dentro y por fuera, y es inútil esperar a que nos restituyan, céntimo a céntimo, el nivel de ingresos anterior a este estampido. Una vez que ha empezado «la guerra», en manos de banqueros sin escrúpulos y de políticos sin el graduado escolar, ya no volveremos a ser los de antes. Quizá Galdós tuviera parte de razón cuando escribió que la desgracia es la mejor de las maestras.