

Compartiendo sabiduría para el despertar del ser.

ENTREVISTA A UN MEDICO TIBETANO (Ayurvedico) LAMA TULKU LOBSAN

--Cuando un paciente viene a su consulta, ¿cómo descubre cuál es su enfermedad?
--Mirando cómo se mueve, su postura, la forma de mirar. No hace falta que me hable ni me explique qué le pasa. Un doctor de medicina tibetana experimentado, solo con que el paciente se le acerque a unos 10 metros, puede saber qué dolencia sufre.

--Pero también escucha los pulsos.
--Así obtengo la información que necesito de la salud del enfermo. Con la lectura del ritmo de los pulsos se pueden diagnosticar un 95% de las enfermedades, incluso psicológicas. La información que dan es rigurosa como la de un ordenador. Pero leerlos requiere mucha experiencia.

--Y después, ¿cómo cura?
--Con las manos, la mirada, y preparados de plantas y minerales.

--Según la medicina tibetana, ¿cuál es el origen de las enfermedades?
--Nuestra ignorancia.

--Pues perdone la mía, pero, ¿qué entiende usted por ignorancia?
--No saber que no sabes. No ver con claridad. Cuando ves con claridad, no tienes que pensar. Cuando no ves claramente, pones en marcha el pensamiento. Y cuanto más pensamos, más ignorantes somos y más confusión creamos.

--¿Cómo puedo serlo menos?
--Le daré un método muy simple: practicando la compasión. Es la manera más fácil de reducir tus pensamientos. Y el amor. Si quieres a una persona de verdad, es decir, si no la quieres solo para ti, aumenta tu compasión.

--¿Qué problemas ve en Occidente?
--El miedo. El miedo es el asesino del corazón humano.

--¿Por qué?
--Porque con miedo es imposible ser feliz, y hacer felices a los otros.

--¿Cómo afrontar el miedo?
--Con aceptación. El miedo es resistencia a lo desconocido.

--Y como médico, ¿en qué parte del cuerpo ve más problemas?
--En la columna, en la parte baja de la columna: os sentáis demasiado tiempo en la misma postura. Vitalmente, tenéis demasiada rigidez.

--Tenemos muchos problemas.
--Creemos que tenemos muchos problemas, pero en realidad nuestro problema es que no los tenemos.

--¿Qué quiere decir?
--Que nos hemos acostumbrado a un nivel de necesidades básicas cubiertas, de modo que cualquier pequeña contrariedad nos parece un problema. Entonces, activamos la mente y empezamos a darle vueltas y más vueltas sin solucionarlo.

--¿Alguna recomendación?

--Si el problema tiene solución, ya no es un problema. Si no, tampoco.

--¿Y para el estrés?

--Para evitarlo, lo mejor es estar loco.

--¿...?

--Es una broma. No, no tan broma. Me refiero a ser o parecer normal por fuera, y por dentro estar loco: es la mejor manera de vivir.

--¿Qué relación tiene usted con su mente?

--Soy una persona normal, o sea que a menudo pienso. Pero tengo entrenada la mente. Eso quiere decir que no sigo a mis pensamientos. Ellos vienen, pero no afectan ni a mi mente ni a mi corazón.

--Usted se ríe a menudo.

--Cuando alguien ríe, nos abre su corazón. Si no abres tu corazón, es imposible tener sentido del humor. Cuando reímos, todo es claro. Es el lenguaje más poderoso: nos conecta a unos con otros directamente.

--También acaba de editar un CD de Mantras con una base electrónica, para el público occidental.

--La música, los Mantras y la energía del cuerpo son lo mismo. Como la risa, la música es un gran canal para conectar con el otro. A través de ella, podemos abrirnos y transformarnos: así la usamos en nuestra tradición.

--¿Qué le gustaría ser de mayor?

--Me gustaría estar preparado para la muerte.

--¿Y nada más?

--El resto no importa. La muerte es lo más importante de la vida. Creo que ya estoy preparado. Pero antes de la muerte, debemos ocuparnos de la vida. Cada momento es único. Si damos sentido a nuestra vida, llegaremos a la muerte con paz interior.

--Aquí vivimos de espaldas a la muerte.

--Manteneis la muerte en secreto. Hasta que llegará un día de vuestra vida en que ya no será un secreto: no os podréis esconder.

--Y la vida, ¿qué sentido tiene?

--La vida tiene sentido, y no. Depende de quién seas. Si realmente vives tu vida, entonces la vida tiene sentido. Todos tenemos vida, pero no todo el mundo la vive. Todos tenemos derecho a ser felices, pero tenemos que ejercer ese derecho. Si no, la vida no tiene sentido.