

«El problema es querer cambiar a los otros»

» EL MAESTRO BUDISTA TULKU LOBSANG DA UNA CHARLA EN EL RITA HERNÁNDEZ

El lama Tulku Lobsang llega por primera vez a Canarias para dar hoy una conferencia que estará centrada en hablar del cuerpo, la mente y la vida. Cree que uno de los grandes sufrimientos de las personas es querer cambiar a los otros antes que a nosotros.

CRISTINA GONZÁLEZ OLIVA / TELDE

El conocido como médico del Tibet explica que pese a las diferentes religiones, culturas o nacionalidades, una de las grandes preocupaciones del ser humano es la búsqueda de la felicidad. Sin embargo, las personas usan diferentes métodos para llegar a ella, como la religión, la ciencia, o la filosofía. Su charla se centrará en el poder de las prácticas tibetanas de la salud para la felicidad.

En Occidente, reconoce, se invierte todo en el mundo material, que ha permitido un mayor desarrollo, pero que no está ofreciendo lo que las personas quieren, que es no sufrir. Asegura que en los países más ricos hay una inversión muy pequeña en el conocimiento de la mente y por eso

existe una crisis de felicidad. Sostiene que no saben manejarse con la mente, no están preparados para que pase algo en ella, como si lo están para lo que sucede en el exterior. Para solucionarlo hay métodos sencillos, ir al psicólogo, que recomendará no pensar y recetará medicinas para no hacerlo, pero «no es suficiente».

Tulku Lobsang asegura que no se puede aprender a no pensar, solo hay que sentarse y relajarse y pese a que no es fácil, si hay un entrenamiento será cada vez más sencillo. «Cuando te relajás y te calmas, tienes más claridad», apunta. Reconoce que la gente tiene muchos problemas, pero uno de los mayores es que cuando quieren ser felices tienen que cambiar a los demás. «Lo único que sabemos las personas es cómo cambiar al otro, por eso es uno de los mayores sufrimientos que tiene el ser humano. Tenemos mucho sufrimiento sin sentido, porque lo que tenemos que aprender es a cambiarnos a nosotros. Cuando tú cambias, los demás pueden hacerlo sin que hagas nada», resume.



Primera vez en Canarias. Tulku Lobsang, ayer, en la capital grancanaria.

CHARLA AÚN CON ENTRADAS

El aforo del polideportivo Rita Hernández está casi completo, con cerca de 1.200 entradas vendidas. Las tiquets para la charla de hoy (20.30 horas) aún se pueden adquirir a 10 euros en el teatro municipal Juan Ramón Jiménez, de 10 a 13 y de 16 a 20 horas, y en www.entrees.es.

FRANCISCO SÚCORSO

La armonía de los cinco elementos

■ La conferencia que Tulku Lobsang ofrece hoy está organizada por la Concejalía de Cultura gracias al trabajador Alexis Rodríguez. Durante la charla ofrecerá métodos y soluciones centradas en ejercicios tibetanos de los cinco elementos (espacio, aire, fuego, agua y tierra) que si están

equilibrados se conseguirá que la mente, el cuerpo y la vida estén mejor. Hay causas, sin embargo, que provocan un desequilibrio, como el tiempo, nuestra conducta y la actividad física, además de la comida. También lo provoca la mente, que necesita equilibrio. La ira, el enfado, el apego

o los celos provocan que se pierda y si la mente no está en paz, afecta al cuerpo. «Si la mente y el cuerpo no están bien, tu vida tampoco lo estará», resume, porque todo está conectado. «Si queremos tener éxito en general, tenemos que tenerlo en cada uno de los tres niveles: cuerpo, mente y vida».