

SEGÚN PATRICIA MAY, ANTROPÓLOGA:

Cómo pasar de la cultura del ego a la cultura DEL ALMA

Transitar de ser sólo personas en búsqueda del éxito a personas más conectadas con su mundo interior, es la cruzada espiritual que esta antropóloga se ha impuesto en su nuevo libro, "De la cultura del ego a la cultura del alma", la segunda parte de su best-seller "Todos los reinos palpitan en ti". En él analiza las causas de la insatisfacción de la vida moderna, pero también entrega soluciones: sencillas sugerencias para que hombres y mujeres puedan pasar de ser lo que son a lo que quieren ser. Aquí, adelanta algunas de ellas, y también aconseja: "La Navidad es un momento adecuado para empezar con este cambio".

Por MAGDALENA ANDRADE N. Fotografía: CARLA DANNEMANN



Hay un ejercicio muy sencillo, pero revelador, que Patricia May realiza todas las mañanas apenas comienza su día. Primero, como ella misma dice, lava su cuerpo: se baña, toma desayuno y se lava los dientes. Luego, dedica unos minutos —quiere los más importantes de su jornada— a lavar su alma. "Tengo un momento de reflexión, de silencio y de encuentro para proyectar cada jornada con un sentido motivador, de realización y de entrega. Para saber qué aspecto quiero trabajar en mí, qué quiero dar. Me conecto con mi motivación más profunda, y eso me cambia el día".

Este sencilla práctica, describe Patricia, permite al ser humano conectarse con su alma. "Pero la mayoría de las personas, ¿cómo comienzan su día? No me cabe duda: duchándose, lavándose los dientes, pero no lavándose a sí mismos. Ésa es una distorsión", acusa. "Hemos creado una manera de vivir que nos está haciendo sufrir mucho, y me parece que tenemos que revisar en forma radical para poder crear otro mundo, otra cultura".

Cómo lograr que pasemos de ser sólo personas en búsqueda del éxito —económico, social, familiar— a hombres y mujeres más conectados con el propio mundo interior es el tema de "De la cultura del ego a la cultura del alma", la segunda parte de su libro "Todos los reinos palpitan en ti". La premisa en esta obra, tal como su título lo expresa, es una reflexión sobre la sociedad en que estamos: "vorbios —'la cultura del ego, estrés, del sin sentido, del andar todo el día corriendo'—, y cómo,

48 ya
Supl.

El Mercurio (4.11.03) p.48-51

Cómo pasar de la cultura del ego a la cultura del alma

[artículo] Magdalena Andrade N.

Libros y documentos

AUTORÍA

Andrade N., Magdalena

FECHA DE PUBLICACIÓN

2007

FORMATO

Artículo

DATOS DE PUBLICACIÓN

Cómo pasar de la cultura del ego a la cultura del alma [artículo] Magdalena Andrade N.

FUENTE DE INFORMACIÓN

[Biblioteca Nacional Digital](#)

INSTITUCIÓN

[Biblioteca Nacional](#)

UBICACIÓN

Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile