

Amb set anys el seu avi el va iniciar en el món del ioga, filosofia que va estudiar amb profunditat al temple de la Deessa Kamaikkha, a la província d'Assam, a l'Índia. Actualment té el seu propi centre de formació a Lleida, el Dishari, un espai on ensenya les tècniques del ioga i practica la medicina ayurvèdica.

ABDULLAH BORDOLOI

“En les societats occidentals hi ha un buit espiritual”

TEXT: NEUS MARTÍ LLURBA FOTO: MIKEL ARISTREGI

L'any 1998, l'Abdullah va fundar el seu propi centre de ioga i teràpia ayurvèdica a Lleida. Després d'anys d'estudi en un temple sagrat, va ser reconegut com a *acharia* (mestre).

Quan va començar a practicar el ioga, s'imaginava que acabaria creant el seu propi centre?

No, el ioga és una disciplina molt sagrada i no se'n pot fer una professió. Però a l'arribar a Lleida, la situació en què em trobava em va obligar a viure dels meus coneixements.

Està ben entès el ioga a occident?

En general, aquí el ioga es planteja com una tècnica de relaxació, d'estiraments, però en el fons és un exercici espiritual; suposa un canvi d'actitud mental que porta l'individu a pensar utilitzant la lògica.

Estem parlant d'un pensament racional?

No del tot. La raó és imprescindible per entendre el món que ens envolta però pot arribar a ser perillosa perquè hi ha coses que no es poden explicar de forma racional. Cal utilitzar-la dins uns límits. Del que estem parlant és d'espiritualitat.

I aquest tipus de pensament on ens condueix?

A les societats occidentals hi ha un enorme buit espiritual i una gran manca de control. La gent s'ha dedicat a àmbits més intel·lectuals amb finalitats materials. Cal una renúncia i un autocontrol, perquè sense coneixements estem subjectes a l'autoengany i a ser enganyats pels altres.

La teràpia ayurvèdica forma part d'aquest corrent de pensament?

Aquesta teràpia tracta l'individu com un

ésser íntegre, tant material com espiritual. Busca l'origen de la dolència i es aquest mateix origen el que es tracta. No se centra només a eliminar-ne els símptomes. És un procés llarg però que dóna molt bons resultats.

Sembla que Miguel Bosé ho va posar de moda, no?

(Riu). Sí, segons explica en una entrevista, ell va perdre 25 kg seguint una dieta ayurvèdica. N'està tan content que fins i tot va compondre una cançó que en parla. Ara, la dieta ayurvèdica és una moda.

Aquesta teràpia separa les persones en tres grups. En funció de què es fan aquestes separacions?

Les persones es classifiquen en *Vata*, *Pitta* i *Kapha* segons la combinació que presenten dels cinc elements bàsics: terra, aire, aigua, foc i èter (espai). En funció del grup al qual es pertany, la dieta a seguir contindrà diferents proporcions d'aliments.

Això significa que hi ha aliments dolents?

No, significa que hi ha aliments que són medicina per a unes persones i verí per a d'altres.

Què li demanaria a la societat actual?

M'agradaria que la gent llegís, primer, filosofia clàssica grega: Sòcrates, Plató, Aristòtil... Això els aportarà la base del pensament, que ja està escrita de fa milers d'anys, encara que avui en dia sembla que descobrim la sopa d'all! Després cal continuar llegint: Nietzsche, Kant... Una vegada assolida aquesta formació de base ja podran triar el camí a seguir.