



▶ 11 Octubre, 2018

«El yoga y el mantra pueden cambiar tu vida y mejorarla»

Oyendo hablar a este hombre, de constitución física menuda pero enorme espíritu, uno llega a creerse que la fuerza de un sonido puede cambiar las cosas. Y escuchando sus cánticos y mantras, el público puede vivir distintos niveles de terremoto interior, desde una reconfortante paz hasta una experiencia mística; incluso el más refractario se llevaría de regalo un plácido sopor. Ravi Ramoneda (Ravi Ram) -barcelonés de 36 años- es músico, yogui de cuna (sus padres son maestros) y suma y sigue estudios de medicina tradicional china y osteopatía craneal. Sus conciertos de kirtan serán ingrediente clave en el Global Yoga Congress (de Yoga One), que convertirá a Barcelona en la meca europea de esta práctica desde mañana y hasta el domingo.

— **Introduzca a los lectores en el kirtan.**

— En la India significa cantar la verdad, es un canto devocional de mantras que acerca a la divinidad y ayuda a la mente a liberarse.

— **¿Hay que ser un iluminado para cantar? ¿Un neófito puede disfrutarlo?**

— Yo no soy un erudito, solo un enamorado de esto, y beneficiarse del kirtan yoga está al alcance de cualquiera. El canto tiene una intención de comunicar con emoción. Y las emociones son como el agua, por muy estructurada que sea una sociedad a veces nos desbordan. Con esta práctica puedes cantar alegre, enfadado o triste, todas las emociones son bienvenidas y hay que drenarlas.

— **¿Qué aporta al yoga esa banda sonora?**



FERRAN NADEU

Ravi Ramoneda

Hijo de yoguis y músico de kirtan, expande la conciencia con el sonido y emociona al cuadrado.

POR
Patricia Castán



— La perla del yoga es el bhakti yoga -una de sus seis ramas-, enfocado a la devoción espiritual. El kirtan es uno de sus elementos. En el yoga más físico que se practica en occidente añade profundidad, un camino para conectar interiormente con la divinidad de cada uno, que no es más que el amor.

— **¿Encaja tanta conciencia en el yoga más popular que arrasa en Catalunya?**

— Aquí ha encontrado su encaje de la mano del deporte y la salud, en un contexto de una alimentación y un ritmo estresante que nos afectan. El yoga conecta cuerpo, mente y emociones, y en cualquiera de sus versiones siempre hace mucho bien. Cambia y mejora la vida. Pero creo que aún está en un mo-

mento joven en nuestra sociedad y puede darnos muchos más beneficios.

— **Suena a sanación.**

— Trabajando la meditación y la respiración. Creo en preservar la salud, como la medicina china. El equilibrio emocional es clave.

— **¿Cómo sacarle más partido al yoga?**

— Trabajando la meditación y la respiración. Pero junto al sonido del kirtan o una simple vibración como el ommmm, por ejemplo, se favorece el equilibrio y la expansión de la conciencia. Es más fácil llegar al tejido de las células con una vibración que con un masaje.

— **Ha llegado a congregarse a 800 personas en la basílica de Santa María del Pi cantando en sanscrito y sus melodías abducen a los yoguis... Pero los mantras son milenarios ¿Se puede ser creativo?**

— Yo estudié medicina china pero no soy músico de profesión sino de patología... ¡si no toco me encuentro mal! [ríe]. Soy autodidacta con el armonium [piano de viento], la guitarra y el hang [percusión] y hago algunas letras, no mantras. Mi música está vinculada a la espiritualidad pero también con influencias de Sudamérica.

— **¿Espiritualidad libre de dogmas?**

— Y libre de religiones. Hay tantos caminos como personas. El ser humano vive de agua, comida y amor. Pero todos solemos buscar fuera el amor y esta práctica nos ayuda a nutrirlo interiormente y aprender a darlo.

— **En el Global Yoga Congress, con más de 90 profesores de todo el mundo y 230 actividades, ¿qué papel tiene?**

— Una masterclass de kirtan, un concierto de mantras y la colaboración musical en la clase final conjunta que impartirán Jordi Canel y Katya Devi. ≡

gentecorriente@elperiodico.com