

JAVIER TAFUR

EL CAMINO DEL HAIKU

**(Una aproximación al Sicoanálisis, al
Budismo y a la poesía Zen)**

**EDICIONES LA SILABA
COLECCION ENSAYOS**

EL CAMINO DEL HAIKU

C Javier Tafur González
 A.A. 1919
 Diseño :
 Diagramación :
 Ilustración :
 Impresión :

Ediciones la Sílabá
Colección Ensayos
Cali, Colombia 1996
Sur América

TABLA DE CONTENIDO

1. EL SICOANALISIS HUMANISTA DE ERICH FROMM.

1.1. Contra la Falsa Conciencia

1.2. El ZEN: la Captación de la relación de mí mismo con el Universo.

2. EL BUDISMO ZEN

2.1. La Nazuma Florece Junto al Seto

2.2. Del Inconsciente a la Iluminación

2.3. La Versión de J. L. Borges

2.4. La Práctica del Zen

2.5. El Satori como Regresión Estructurada del Ego.

2.6. El Cambio del Paradigma

-La Orientación hacia la Simplicidad Voluntaria.

3. EL CAMINO DEL HAIKU

3.1. Las Anotaciones de Senegal

3.2. La Mente Simplemente Humana
- Alan Watts y el Haikú -

3.3. Alegría del Haikú

*Cuando miro con cuidado
veo florecer la nazuna
junto al seto.*

Basho.

EL CAMINO DEL HAIKU

(Una aproximación al psicoanálisis y al budismo Zen).

No soy un experto en psicoanálisis ni tampoco un conocedor del budismo Zen: conozco el camino del haikú y es a través de esta experiencia poética que deseo relacionar el budismo Zen con el psicoanálisis en tanto que se preocupan por el destino de la vida humana.

Las referencias bibliográficas de las cuales parto son unos pocos textos que he releído con interés entre los cuales están, obviamente “ *Psicoanálisis y Budismo Zen*”, de Erich Fromm; las “ *Conferencias sobre Budismo Zen* ”, de D. T. Suzuki, “ *Budismo Zen: un examen psicológico*” de Edwar W. Maupin; “ *Qué es el Budismo* ”, escrito por Jorge Luis Borges con la colaboración de Alicia Jurado, “ *el Libro de los Cinco Círculos*” de Miyamoto Musashi.

Son estas las referencias más cercanas, a las cuales debo agregar algunos artículos de R. H. Blyth, Alan Watts, Huxley, Wilber, Krishnamurti,, Aurobindo, Bucke, walsh, Octavio Paz, Tony de Mello, etc.

La parte que tiene que ver directamente con el Haikú la tomo de “*Para el corazón que no duda*”, una antología de la Poesía Japonesa en la que venimos trabajando hace varios años el poeta Rodrigo Escobar Holguín y yo, que agrupa a más de 100 autores y unos 300 poemas. Los poemas de Basho, Buson, Issa y Ryokan ocupan un lugar destacado y a ellos acudiré en más de una ocasión.

Conviene principiar por precisar algunos de los conceptos utilizados por el psicoanálisis y que emplearé en esta charla.

* * *

1. EL PSICOANÁLISIS HUMANISTA DE ERICH FROMM.

1.1. Contra la Falsa Conciencia

Al hablar de psicoanálisis entendemos el psicoanálisis humanista, dentro de la concepción de Erich Fromm.

Los términos “*consciente e inconsciente*” es igualmente necesario definirlos por cuanto tienen varias y distintas acepciones, ya sea que sean utilizados en sentido **funcional**, en

tanto que situación subjetiva dentro del individuo; en sentido **sectorial**, como parte de una persona (Freud y Jung); y el inconsciente y lo consciente, **como estados de conocimiento**. Es en este sentido como aquí se emplean estos términos siguiendo la propuesta de Fromm.

Decimos que el suyo es un psicoanálisis humanista, porque así lo ha querido caracterizar este maestro, al buscar el bienestar del hombre de acuerdo a las condiciones de su propia existencia. Su propuesta trasciende el marco Freudiano, rebasando su teoría de lo líbido (como capacidad para el pleno funcionamiento genital) y ahondando en la discusión del concepto básico de la existencia humana.

El punto de partida de Fromm es su intento de dar una definición de **bienestar**; dice : *“Bienestar es estar de acuerdo con la naturaleza del hombre ”*.

Atendamos al maestro cuando dice :

“ Si vamos más allá de esta declaración formal surge la pregunta : ¿Qué es estar de acuerdo con las condiciones de la existencia humana? ¿Cuáles son estas condiciones ?

La existencia humana plantea un problema. El hombre es lanzado a este mundo sin su voluntad

y retirado de este mundo también sin contar con su voluntad. A diferencia del animal, que en sus instintos tiene un mecanismo “innato” de adaptación a su medio y vive completamente dentro de la naturaleza, el hombre carece de este mecanismo instintivo. Tiene que vivir su vida, no es vivido por ella. Está en la naturaleza y, sin embargo, trasciende a la naturaleza; tiene conciencia de sí mismo y esta conciencia de sí como un ente separado lo hace sentirse insoportablemente solo, perdido, impotente. El hecho mismo de nacer plantea un problema. En el momento del nacimiento, la vida le plantea una pregunta al hombre, y él debe responder a esta pregunta. Debe responderla en todo momento; no su espíritu, ni su cuerpo, sino él, la persona que piensa y sueña, que duerme y come, que llora y ríe, el hombre total. ¿Cuál es la pregunta que plantea la vida? La pregunta es: ¿cómo podemos superar el sufrimiento, el aprisionamiento, la vergüenza que crea la experiencia de separación; cómo podemos encontrar la unión dentro de nosotros mismos, con nuestro semejante, con la naturaleza? El hombre tiene que responder a esta pregunta de alguna manera; y aun en la locura se da una respuesta, rechazando la realidad fuera de nosotros mismos, viviendo completamente dentro de la concha de nosotros y superando así el miedo a la separación.

La pregunta es siempre la misma. No obstante, hay diversas respuestas o, básicamente, hay sólo

*dos respuestas. Una es superar la separación y encontrar la unidad en la **regresión** al estado de unidad que existía antes de que despertara la conciencia, es decir, antes del nacimiento del hombre. La otra respuesta es nacer plenamente, desarrollar la propia conciencia, la propia razón, la propia capacidad de amar, hasta tal punto que se trascienda la propia envoltura egocéntrica y se llegue a una nueva armonía, a una nueva unidad con el mundo” (1).*

Fromm le hace un seguimiento a las variables coscernientes a estas dos respuestas. Para él “ *el nacimiento no es un acto, es un proceso*”; y “ *el fin de la vida es nacer plenamente*” (2).

La muerte, nos dice, se produce cuando el nacimiento se detiene. Y señala no obstante, cómo muchos no pueden romper el cordón umbilical del todo “*..Permanecen simbióticamente, ligados a la madre, al padre, a la familia, la raza, el Estado, la posición social, el dinero, los dioses, etc; nunca surgen plenamente como ellos mismos y, en consecuencia nunca nacen plenamente*” (3).

El regresivo no acepta la realidad como es sino tal como quiere que sea; la actitud madura lleva a **tener conciencia** de la realidad y aceptar sus leyes. Los conceptos de **necesidad** y **libertad** están involucrados en la discusión.

Las formas con el ser humano se plantea ante esta realidad se relaciona con las distintas metas y caminos, y constituyen las diferentes respuestas del hombre total a la pregunta que le hace la vida.

Es aquí, cuando E. Fromm, hace su referencia a los sistemas religiosos que hacen la historia de la religión :

“ Del canibalismo primitivo al budismo zen, la raza humana ha dado sólo algunas respuestas a la cuestión de la existencia, y cada hombre da en su propia vida una de estas respuestas, aunque por lo general no tiene conciencia de su respuesta. En nuestra cultura occidental, casi todo el mundo piensa que da la respuesta de las religiones cristiana o judía, o la respuesta de un ateísmo ilustrado y, sin embargo, si pudiéramos tomar una radiografía mental de cada uno, encontraríamos muchos adeptos al canibalismo, muchos adoradores de totem, muchos que veneran ídolos de distintos tipos, y unos cuantos cristianos, judíos, budistas, taoístas. La religión es la respuesta formal y elaborada a la existencia del hombre y como puede ser compartida en la conciencia y a través del ritual con otros, hasta la religión más inferior crea una sensación de racionalidad y de seguridad por la misma comunión con otros. Cuando no es compartida, cuando los deseos regresivos están en contraposición con la conciencia y las exigencias

de la cultura existente, entonces la “religión” secreta, individual, es una neurosis.

Para entender al paciente individual - o a cualquier ser humano - hay que saber cuál es su respuesta a la cuestión de la existencia o, paraa decirlo de otra manera, cuál es su religión secreta, individual, a la que se dedican todos sus esfuerzos y pasiones. La mayoría de lo que uno considera como “problemas psicológicos” son sólo consecuencias secundarias de esta “respuesta” básica, y de ahí que resulte bastante inútil tratar de “curarlos” antes de haber entendido esta respuesta básica, es decir, su religión secreta, privada” (4).

Recordemos que el eje de Fromm es el bienestar. Nos dice :

“ El bienestar es el estado de haber llegado al pleno desarrollo de la razón: la razón no en el sentido de un juicio puramente intelectual, sino en el sentido de captar la verdad “dejando que las cosas sean” (para usar el término de Heidegger) tal como son. El bienestar es posible sólo en la medida en que uno está abierto, en que responde, en que es sensible y está despierto, vacío (en el sentido zen). El bienestar significa alcanzar una relación plena con el hombre y la naturaleza afectivamente, superar la separación y la enajenación - llegar a la experiencia de unidad con todo lo que existe - y, sin embargo,

*experimentarse al mismo tiempo como el ente separado que Yo soy, como el in-dividuo. **El bienestar significa nacer plenamente, convertirse en lo que se es potencialmente;** significa tener la plena capacidad de la alegría y la tristeza o, para expresarlo de otra manera, despertar del sueño a medias en que vive el hombre medio y estar plenamente despierto. Si es todo eso, significa también ser creador; es decir, reaccionar y responder a sí mismo, a los otros - a todo lo que existe - reaccionar y responder como el hombre real, total, que soy a la realidad de todos y de todo tal como es. En este acto de verdadera respuesta está el área de capacidad creadora, de ver al mundo creado y transformado por mi comprensión creadora, de modo que el mundo deje de ser un mundo extraño “allí” y se convierta en mi mundo. El bienestar significa, por último, desprenderse del propio Ego, renunciar a la avaricia, dejar de perseguir la preservación y el engrandecimiento del Ego, ser y experimentarse en el acto de ser, no en el de tener, conservar, codiciar, usar.” (5).*

Pero las religiones no tienen el mismo contenido. Algunas buscan la regresión a formas prehumanas, al totem, etc. Fromm se detiene en las religiones surgidas aproximadamente hacia el año 2000 A. de C. “ *El Taoísmo y el budismo, en el Lejano Oriente, Las revoluciones religiosas de Eknatón en Egipto, la religión de Zoroastro en Persia, la*

religión de Moises en Palestina, la religión de Quetzalcoatl en México” (6).

Señala Fromm :

“ La unidad se busca en todas estas religiones, no la unidad regresiva que se encuentra volviendo a lo pre-individual, a la armonía preconsciente del paraíso, sino la unidad en un nuevo nivel: esa unidad que sólo puede lograrse después de que el hombre ha experimentado su separación, después de que ha atravesado la etapa de la enajenación de sí mismo y del mundo y ha nacido plenamente. Esta nueva unidad tiene como premisa el pleno desarrollo de la razón del hombre, que conduce a una etapa en que la razón ya no separa al hombre de su captación inmediata, intuitiva de la realidad. Hay muchos símbolos de la nueva meta que está en el futuro, no en el pasado: Tao, Nirvana, Iluminación, el Bien, Dios.” (7).

No es este el momento de entrar a polemizar con Fromm sobre algunas de estas afirmaciones; las transcribo como premisas que son de su pensamiento y de su aproximación al Zen.

Veámoslo más cercano a la relación que debemos establecer :

“ Lo común al pensamiento judeo-cristiano y al budista zen es la conciencia de que debo

*renunciar a mi “voluntad” (en el sentido de mi deseo de forzar, dirigir, estrangular al mundo fuera de mí y dentro de mí) para estar completamente abierto, capaz de responder, despierto, vivo. En la terminología zen esto se llama con frecuencia “**vaciarse a uno mismo**”, lo que no tiene un sentido negativo, sino que significa la apertura para recibir. La terminología cristiana llama a esto por lo común “**matarse a uno mismo y aceptar la voluntad de Dios**”. Parece haber pocas diferencias entre la experiencia cristiana y la experiencia budista que están detrás de las dos formulaciones diferentes. Sin embargo, por lo que se refiere a la interpretación y la experiencia populares, esta formulación significa que en vez de tomar las decisiones por sí mismo, el hombre deja sus decisiones a un padre omnisciente, que vela por él y sabe lo que es bueno para él. Es evidente que en esta experiencia el hombre no se abre ni se vuelve capaz de responder, sino que se hace obediente y sumiso. Seguir la voluntad de Dios en el sentido de la verdadera renuncia al egoísmo puede lograrse mejor si no hay concepto de Dios. Paradójicamente, sigo efectivamente la voluntad de Dios si me olvido de El. El concepto de vacío del zen implica el verdadero significado de renunciar a la propia voluntad, sin peligro, sin embargo, de regresar al concepto idolátrico de un padre que ayuda.” (8).*

Sobre el método propuesto por el psicoanálisis humanista, debemos señalar que su elemento más característico es *“volver consciente lo inconsciente”* (9). Y como aclaramos al principio, aquí se emplean estos términos *“ como estados de conocimiento”*, y sin privilegiar la consciencia sobre la inconsciencia, sobre todo teniendo en cuenta *“que la mayor parte de lo que hay en muestra conciencia es **“conciencia falsa”**, y que es la sociedad la que nos llena de estas nociones ficticias e irreales “* (10).

Y como subraya Fromm : *“el efecto de la sociedad no es solo infundir ficciones a nuestra conciencia sino además, impedir la conciencia de la realidad”*(11).

Es claro que toda sociedad, por su propia práctica de vida y su modo de relacionarse, sentir y percibir, desarrolla un sistema de categorías que determina las formas de conciencia. *“ Este sistema funciona como si dijéramos, como un **filtro socialmente condicionado**; la experiencia no puede entrar a la conciencia sino pasa por ese filtro”* (12).

Veamos la siguiente observación de Fromm:

“ ... debemos considerar que muchas experiencias no se prestan fácilmente a ser percibidas por la conciencia. El dolor es quizás la experiencia física que se presta mejor a ser

conscientemente percibida; el deseo sexual, el hambre, etc., son también fácilmente percibidos, obviamente, todas las sensaciones importantes para la supervivencia del individuo o del grupo tienen fácil acceso a la conciencia. Pero cuando se llega a una experiencia más sutil o compleja, como contemplar el capullo de una rosa al amanecer, una gota de rocío en él, cuando el aire es todavía frío, el sol sale y un pájaro canta, ésta es una experiencia que en algunas culturas se presta fácilmente a la conciencia (por ejemplo, en Japón), mientras que en la cultura occidental moderna esta misma experiencia no entrará por lo común a la conciencia por no ser suficientemente “importante” o “significativa” para ser advertida. El hecho de que las experiencias afectivas sutiles puedan entrar en la conciencia depende del grado en que tales experiencias efectivas para las que no tiene palabras determinado lenguaje, mientras que otro lenguaje puede ser rico en palabras que expresan estos sentimientos.” (13).

Como subraya este autor los distintos lenguajes difieren no solo por el hecho que varían en diversidad de palabras que usan para denotar ciertas experiencias afectivas, sino por su sintaxis, su gramática y el significado original de las palabras.

El lenguaje determina cómo experimentamos y qué experiencia penetra a nuestra conciencia.

La sociedad impone el lenguaje, su lógica y los contenidos aceptables y reprochables.

La conciencia y la inconciencia están socialmente condicionadas. “ *las experiencias que no pueden filtrarse permanecen fuera de la conciencia; es decir, permanecen inconscientes*” (14).

Cuanto mayor es el conflicto entre los fines sociales y los fines humanos, más se desgarrará el individuo. Cuánto más se aproxime la sociedad a la norma de vida humana menos conflicto habrá.

El individuo no puede permitirse tener conciencia de pensamientos o sentimientos incompatibles con los patrones de su cultura, y, por ello, se ve obligado a reprimirlos.

Veamos la generalización que hace :

“ ... el hombre, en cualquier cultura, tiene todas las posibilidades; es el hombre arcaico, la bestia de presa, el caníbal, el idólatra y es el ser con la capacidad para la razón, el amor, la justicia. El contenido del inconsciente, entonces, no es ni el bien ni el mal, lo racional ni lo irracional; es ambos; es todo lo humano. El inconsciente es el hombre total - menos esa parte del hombre que corresponde a su sociedad. La conciencia

*representa al hombre social, las limitaciones accidentales establecidas por la situación histórica en la que cae un individuo. **El inconsciente representa al hombre universal, al hombre total, arraigado en el Cosmos; representa la planta que hay en él, el animal que hay en él, el espíritu que hay en él;** representa su pasado hasta el día en que el hombre llegue a ser plenamente humano y la naturaleza se humanice lo mismo que el hombre se “naturalice”.*” (15).

Recordemos que según el concepto Freudiano, hacer consciente el inconsciente tenía una función limitada, ya que el inconsciente se suponía, consistía “ *de los deseos reprimidos, instintivos, en tanto que son incompatibles con la vida civilizada*” (*ibidem*). Se refería a los impulsos incestuosos, el miedo a la castración, etc.

Fromm va más allá, busca la realización de la experiencia del humanismo. Hacer consciente el inconsciente es propender por la experiencia viva de la universalidad del hombre.

Todo esto se relaciona con las observaciones Freudianas sobre la interferencia y distorsión que ejerce la represión, y cómo la supresión de la represión conduce a una nueva apreciación de la realidad.

“ Lo que Freud descubrió es que vemos la realidad deformada ”(16).

Cuando el paciente entra en contacto con el inconsciente puede superar las distorsiones producidas por el mismo y ver la persona del analista, así como la de su padre o su madre, tal como son (17).

Aquí es donde Erich Fromm, tomando como él dice, la influencia entorpecedora de la sociedad, llega a la conclusión que la persona media, aunque piensa que esta despierta, está, en realidad, medio dormida, y que lo que considera realidad (fuera o dentro de sí misma) es una serie de ficciones.

Propone este autor diferenciar entre aquello de lo que es consciente una persona y aquello de lo que se vuelve consciente “ *Es consciente principalmente de ficciones; puede volverse consciente de las realidades que estan por debajo de esas ficciones*” (18).

Fromm no vacila en señalar y en eso esta más cercano a Jung que a Freud, que el inconsciente representa la riqueza y la profundidad del hombre universal.

Dice :

“ Ampliar la conciencia significa despertarse, quitar un velo, abandonar la caverna, hacer luz en la oscuridad” (19).

El proceso de descubrir el inconsciente lo describe como una serie de experiencias que son sentidas profundamente y que trascienden el conocimiento teórico, intelectual.

Aquí es decisiva su observación sobre la relación paciente analista, para anotar que ésta debe ser realista y libre de todo sentimiento, *“puede actuar como guía - o como partera -, puede mostrar el camino, quitar obstáculos y algunas veces prestar alguna ayuda directa, pero nunca puede hacer por el paciente, lo que el paciente puede hacer por sí mismo” (20).*

* * *

1.2. El Zen : La Captación de la Relación de Mí Mismo con el Universo.

La relación con el Budismo Zen es la adquisición de la iluminación. Definido este fin, en las palabras de Suzuki, explicativas del Zen : *“...El Zen es en esencia, el arte de ver dentro de la naturaleza del propio ser y señala el camino de la servidumbre a la libertad... podemos decir que el Zen libera todas las*

energías acumuladas propia y naturalmente en cada uno de nosotros, que en circunstancias ordinarias son constreñidas y deformadas de modo que no encuentran un canal adecuado para su actividad... El objeto del Zen es, por tanto, salvarnos de la locura o la parálisis.

A esto me refiero cuando hablo de libertad, de dar libre juego a todos los impulsos creadores y benevolentes, que yacen en nuestro corazón. Por lo general estamos ciegos ante este hecho : que estamos en posesión de todas las facultades necesarias para ser felices y que nos harán amarnos unos a otros.”(21).

El fin último del Zen es la experiencia de la iluminación llamada Satori. Es un estado de ánimo apacible, que interpretado psicológicamente por Fromm, lo describe como “ .. un estado en que la persona está completamente sintonizada con la realidad fuera y dentro de ella misma, un estado en que esta plenamente consciente de ella y la percibe con plenitud. La persona está consciente de esa realidad - es decir, no su cerebro, ni ninguna otra parte de su organismo, sino él, el hombre total. Tiene conciencia de ella; no como un objeto allí afuera que capta con su pensamiento, sino como de eso, de la flor, el perro, el hombre en su plena realidad ” (22).

Dice Fromm : “ *El que despierta se abre y responde al mundo y puede estar abierto y*

responder porque ha renunciado a aferrarse a sí mismo como una cosa y así se ha quedado vacío y, dispuesto a recibir. Estar iluminado significa “ el pleno despertar de la personalidad total a la realidad” (23).

El conocimiento del yo, en el **Zen**, es un conocimiento no intelectual. El Zen parte de la premisa que la respuesta última a la vida no puede darse en el pensamiento; en el Zen no se niega a Dios ni se insiste en él.

En el Zen el maestro no es un maestro en el sentido occidental, se limita a comunicar su existencia y el discípulo debe captar la realidad por sí mismo. La actitud del maestro Zen es desorientadora para el observador occidental.

Veamos 2 ejemplos de los que se sirve E. Fromm :

“ Uno es la historia de la conversación de un maestro con un monje :

“¿Haces alguna vez un esfuerzo por disciplinarte en la verdad?”

“Sí.”

“¿Cómo te ejercitas?”

“Cuando tengo hambre como; cuando estoy cansado duermo.”

“Es lo que todo el mundo hace; ¿puede decirse que ellos se ejercitan de la misma manera que tú?”

“No.”

“¿por qué?”

“Porque cuando comen no comen, sino que piensan en otras muchas cosas, distrayéndose; cuando duermen no duermen, sino que sueñan mil cosas. Por eso no se parecen a mí”.” (24).

La otra declaración igualmente reveladora, es la de un maestro Zen que decía :

“Antes de la iluminación, los ríos eran ríos y las montañas eran montañas. Cuando empecé a experimentar la iluminación, los ríos dejaron de ser ríos y las montañas dejaron de ser montañas. Ahora desde que estoy iluminado, los ríos vuelven a ser ríos y las montañas son montañas”.” (25).

Por eso Fromm presenta al maestro Zen como caracterizado, al mismo tiempo, por la absoluta falta de autoridad racional y por la afirmación, igualmente vigorosa de esa autoridad que nada demanda y cuya fuente es la experiencia auténtica.

Siendo el psicoanálisis Humanista de Fromm y el Budismo Zen, expresiones de origen tan diferente, tiene sin embargo algunos aspectos comunes. Fromm señala la aspiración de la visión de la propia

naturaleza, realización de la libertad, la felicidad, el amor, liberación de la energía, salvación de la locura o la parálisis.

La psiquiatría se pregunta porqué algunas personas se vuelven locas, pero Fromm, plantea el problema real ¿ por qué la mayoría de las personas no se vuelve loca ?

En sus observaciones este autor señala que la mayoría evita ese resultado mediante mecanismo compensatorio como la rutina dominante de la vida, conformidad con el rebaño, búsqueda de poder, prestigio, dinero, dependencia de los ídolos, masoquismo, etc.

La solución fundamental “ .. *que realmente supera la locura potencial es la respuesta plena, productiva al mundo que, en su forma más elevada es la iluminación* ”.

El Sicoanálisis Humanista de Fromm, y el Budismo Zen, igualmente comparten la superación de la codicia, la independencia frente a cualquier tipo de autoridad, aunque la transferencia y la dependencia del paciente respecto del analista, crean una dificultad adicional “ ..*pero la finalidad del sicoanálisis es entender y eventualmente disolver este lazo y, en vez de ello, llevar al paciente a un punto en que adquiera plena libertad frente al analista, porque ha*

experimentado en sí mismo lo que era inconsciente y lo reintegra a su conciencia” (26). Lo cierto es que hay claridad tanto en el analista como en el maestro Zen en que nadie salva el alma de nadie y que dependemos finalmente de nosotros mismos. **Herrigel** ilustra esta situación recordándonos las enseñanzas del maestro Zen sobre el Arte de la Arquería; le enseña al discípulo pero no adquiere autoridad sobre él.

Freud propuso distancia con el paciente, una actitud impersonal, que denominó de espejo; otros sicoanalistas como Ferenczi, Sullivan y el propio E. Fromm, privilegian la relación entre el paciente y el analista para la comprensión, aunque libre de sentimentalismo e interferencias en la vida del paciente.

A este respecto al proceder el maestro Zen a través de las aforías y encrucijadas propias del **“Koan”**, hace imposible que el discípulo busque refugio en el pensamiento intelectual.

Fromm considera que la mayor afinidad está en el punto principal del Zen, **en la iluminación.**

El sicoanálisis igualmente tiene su punto principal que es *“ la superacion de la*

represión, la transformación del inconsciente en consciente” (27).

Cobrar conciencia, nos dice Fromm, significa superar la represión y la enajenación de sí mismo; significa despertar, descartar las ilusiones, las ficciones, las mentiras, ver la realidad tal como es; es la revolución interior del hombre.

La finalidad del Zen es la iluminación: la percepción inmediata, la captación de la relación de mí mismo con el universo. Más allá de las formulaciones de Freud, Fromm, supera la limitante instintiva tendiente a curar los síntomas, para darle al psicoanálisis la tarea de la búsqueda de la experiencia del hombre total, la superación de la contaminación afectiva y la cerebración *“significa la des-represión, la abolición de la separación dentro de mí mismo entre el hombre universal y el hombre social; significa la desaparición de la polaridad de conciencia frente al inconsciente; significa llegar al estado de percepción inmediata de la realidad, sin distorsión, su inteligencia de la reflexión intelectual; significa superar el deseo de aferrarse al ego, de adorarlo, significa renunciar a la ilusión de un ego, separado indestructible, que debe ampliarse, preservarse, como los faraones egipcios esperaban conservarse como momias para toda la eternidad. Ser conscientes*

del inconsciente significa estar abiertos, responder, no tener nada y ser ” (28).

Por todo esto Fromm señala que la recuperación del inconsciente es obviamente más radical que el fin sicoanalítico. Es la búsqueda de un “ ***arte de vivir* ”**, como igualmente lo propone la ética budista y como ella el humanismo.

“El hombre mientras no ha alcanzado la relación creadora, cuya realización más plena es el satori, compensa en el mejor de los casos la depresión potencial inherente con la rutina, la destructividad, la codicia de la propiedad o la fama, etc. Cuando cualquiera de estas compensaciones se rompen, se amenaza su salud mental. La cura de la locura potencial está solo en el cambio de actitud de la separación y la enajenación ala percepción creadora,inmediata, del mundo y la respuesta a él.” (29).

En cuanto al método el Sicoanálisis y el Zen presentan sus diferencias. El Budismo procede mediante el Koan, y el sicoanálisis adiestra a la conciencia para percibir el inconsciente. En cuanto que métodos ninguno garantiza la llegada a la meta. Lo cierto es que el sicoanálisis se ve beneficiado del acento del zen para percibir la realidad; y por su parte el estudioso del zen podría encontrar elementos clarificadores, en el sicoanálisis,

pues como concluye Fromm “ .. *El hombre y la existencia son categorías universales y que la captación inmediata de la realidad, el despertar y la iluminación son experiencias universales*” (30).

2. EL BUDISMO ZEN

2.1. La Nazuna Florece Junto al Seto.

Para el Budismo Zen, el término ***inconsciente*** tiene otra significación.

Veamos la siguiente descripción que hace D. T. Suzuki ;

“ Las ciencias se refieren a abstracciones y no hay actividad en ellas. El zen se sumerge en la fuente de la creatividad y bebe toda la vida que hay en ella. Esta fuente es el Inconsciente del zen. La flor, sin embargo, es inconsciente de sí misma. Soy yo quien la despierto del inconsciente. Tennyson no la capta cuando la arranca de la pared agrietada. Basho la percibe cuando mira la nazuna que florece tímidamente junto al seto silvestre. No puedo determinar dónde está*

precisamente el inconsciente. ¿Está en mí? ¿O está en la flor? Quizá cuando pregunto “¿Dónde?” no está en ninguna parte. Si es así, déjenme estar en él y no decir nada.

*Recordemos que Suzuki alude al siguiente verso de **Basho** :

*Cuando miro con cuidado
veo florecer la nazuna
junto al seto.*

*Mientras que el científico mata, el artista trata de recrear. Sabe que la realidad no puede ser alcanzada mediante la disección. Por eso utiliza una tela y un pincel y trata de crear a partir de su inconsciente. **Cuando este inconsciente se identifica sincera y auténticamente con el Inconsciente Cósmico, las creaciones del artista son auténticas. Ha creado realmente algo; su obra no es copia de nada; existe por derecho propio. Pinta una flor que, si florece de su inconsciente, es una nueva flor no una imitación de la naturaleza.**” (31).*

En este aparte de Suzuki, que a continuación transcribo, el maestro nos aclara el sentimiento que surge de ese campo de la naturaleza que escapa a las categorías lógico-científicas :

“El inconsciente es algo que debe sentirse, no en el sentido ordinario, sino en lo que yo llamaría el sentido más primario o fundamental. Esto puede requerir una explicación. Cuando decimos: “Siento la mesa dura”, o “Siento frío”, este tipo

*(continuación)

Y a este de **Tennyson** :

*Flor en el muro agrietado,
te arranco de las grietas;
- te tomo, con todo y raíces en mis manos,
florecilla - pero si pudiera, entender
lo que eres, con todo y tus raíces, y todo en todo
sabría qué es Dios y qué es el hombre.*

*de sensación pertenece al dominio de los sentidos, y puede distinguirse de sentidos tales como el del oído o la vista. Cuando decimos: “Me siento solo” o “Me siento exaltado”, esto es más general, más totalizador, más interior, pero pertenece aún al campo de la conciencia relativa. Pero el sentimiento del inconsciente es mucho más básico, más primario, y señala la edad de la “Inocencia”, cuando todavía no se ha producido el despertar de la conciencia de la llamada Naturaleza caótica. La naturaleza, sin embargo, no es caótica porque nada caótico puede existir por sí mismo. Es simplemente un concepto dado al campo que se niega a ser medido por las reglas ordinarias del raciocinio. La naturaleza es caótica en el sentido de que es una reserva de posibilidades infinitas. La conciencia que surge de este caos es algo superficial, que sólo toca el margen de la realidad. **Nuestra conciencia no es sino una insignificante isla que flota en el Océano que rodea a la Tierra.** Pero, a través de este pequeño fragmento de tierra podemos contemplar la inmensa extensión del inconsciente mismo; la sensación de esto es todo lo que*

podemos tener, pero este sentimiento no es algo pequeño, pues por él podemos lograr que nuestra existencia fragmentaria adquiera su pleno significado y así podemos tener la seguridad de que no vivimos en vano. La ciencia, por definición, nunca puede darnos la sensación de plena seguridad y falta de miedo que es el resultado de nuestra sensación del inconsciente.”(32).

Así responde D. T. Suzuki, a la pregunta que se hace sobre el sentido de la vida, y a los datos estadísticos sobre neurosis provenientes de esta ansiedad existencial. *“Pero el hombre dedicado al zen puede decirles que todos han olvidado que nacieron artistas, artistas creadores de vida y que tan pronto como comprenden este hecho y esta verdad se curarán de neurosis o sicosis o como quiera que le llamen a ese trastorno” (33).*

La alternativa esta en ser una artista de la vida. ¿ Y qué significa ser un artista de la vida ?

Veámos lo que nos dice Suzuki :

“ Los artistas de cualquier tipo, hasta donde sabemos, tienen que usar uno u otro instrumento para expresarse, para mostrar su capacidad creadora en una u otra forma. El escultor tiene que tener piedra, madera o yeso y un cincel o algún otro instrumento para imprimir sus ideas

sobre el material. Pero un artista de la vida no necesita salirse de sí mismo. Todo el material, todos los implementos, toda la capacidad técnica que se requieren ordinariamente están dentro de él desde que nace, quizá aun antes de que sus padres le dieran la vida. Esto es extraño, extraordinario, exclamarán quizá ustedes. Pero si piensan por un tiempo en ello comprenderán, sin duda, lo que quiero decir. Si no, seré más explícito y les diré: el cuerpo, el cuerpo físico que todos tenemos, es el material, que corresponde a la tela del pintor, la madera, la piedra o el yeso del escultor, el violín o la flauta del músico, las cuerdas vocales del cantante. Y todo lo que se relaciona con el cuerpo, como las manos, los pies, el tronco del cuerpo, la cabeza, las vísceras, los nervios, las células, los pensamientos, los sentimientos, los sentidos - de hecho, todo lo que constituye la personalidad - es a la vez el material y los instrumentos con que la persona moldea su genio creador en la conducta, la actitud y todas las formas de acción, en la vida misma en una palabra. Para una persona así, su vida refleja cada una de las imágenes que crea a partir de su fuente inextinguible del inconsciente.” (34).

* * *

2.2. Del Inconsciente a la Iluminación.

Suzuki propone llamar al inconsciente **inconsciente cósmico**, ya que el campo relativo de la conciencia se desvanece en lo desconocido y este desconocido, una vez conocido, entra en la conciencia ordinaria y pone en orden todas las complejidades que nos han venido atormentando en mayor o en menor grado.

“ Podemos afirmar, así, que nuestra limitada conciencia, en tanto que conocemos su limitación, nos conduce a todo tipo de preocupaciones, miedo, inestabilidad. Pero tan pronto como se descubre que nuestra conciencia surge de algo que, aunque no conocido de la manera que lo son las cosas relativas, está íntimamente relacionado con nosotros, se alivia todo tipo de tensión y quedamos en paz con nosotros mismos y con el mundo en general. ¿No podemos llamar a este desconocido el Inconsciente Cósmico o la fuente de infinita capacidad creadora por la que no sólo los artistas de todo tipo nutren sus inspiraciones, sino aun nosotros, los seres ordinarios, podemos cada uno de acuerdo con sus dotes naturales, convertir la vida en algo de auténtico arte?” (35).

Este término “*inconsciente*” tiene un valor semántico referido al Budismo y otro tratándose del psicoanálisis, sin embargo los autores se han esforzado por emplearlos en

los dos campos buscando valores conmutables; lo mismo sucede con “*hacer claridad*”, “*tomar consciencia*”, “*iluminación*” y “*satori*”.

En la introducción que hace Jhon White, a su libro “*¿Qué es la Iluminación?*” en el que compendia artículos de Watts, Huxley, Bucke y otros, nos dice: “*sabios de todas las religiones más importantes y de las tradiciones sagradas, todas las filosofías herméticas, todas las instituciones que estudian el misterio y el ocultismo más elevado están de acuerdo sobre el particular. Para todos ellos la iluminación es la esencia de la verdad. Aún más, es la esencia de la vida, la meta de toda plenitud, del desarrollo, de la evolución. Se trata de descubrir lo que realmente somos, la respuesta a las preguntas: ¿Quién soy? ¿Por qué estoy aquí? ¿A dónde voy? ¿Qué es la vida?*”.

Anota White: “*Paradójicamente la respuesta que buscamos no es otra que lo que ya somos en esencia, ser, la última totalidad, que es la fuente y el fundamento de llegar a ser. La iluminación significa darse cuenta de la verdad de ser. Nuestra condición original, nuestro verdadero sí mismo, es ser, llamado tradicionalmente Dios, la Persona Cósmica, el Ser Supremo, el Uno en todo. (Por cierto algunos maestros iluminados - Buda era uno de ellos - prefirieron evitar los términos teístas a fin de poder comunicarse*

mejor. Trataron de evitar el condicionamiento cultural que conlleva el lenguaje y bloquea el entendimiento.

Somos manifestaciones del Ser, pero al igual que el Cosmos, también estamos sujetos al proceso de llegar a ser, estamos en constante transformación, crecimiento y evolución (...) por lo tanto, no solo somos seres humanos, sino que estamos en el camino de serlo..” (36).

Como el mismo White lo señala, se han dado muchos nombres a la iluminación. Buda significa “*El Iluminado*”; Cristo y el Mesías tienen el mismo significado. San Pablo lo llamó “*La Paz de Dios que trasciende el conocimiento*”; Richard Maurice Bucke la denominó, también “*Conciencia Cósmica*”. El Budismo Zen le dió el nombre de “*Satori*”, el el yoga se le llama “*Samadhi*”, los sufíes hablan de “*Fana*” y en el Taoísmo de “*Wu*” o el Tao fundamental; Sri Aurobindo habló de “*La Supermente*”, las instituciones del misterio y del ocultismo la llaman “*Iluminación, liberación y experiencia mística*”.

En cuanto a los símbolos de la iluminación, son muchos y variados: está la Flor de Loto de mil pétalos del Hinduismo, el Santo Grial del Cristianismo, el Espejo Transparente del Budismo, la Estrella de David del Judaísmo, el Yin - Yang del Taoísmo, la Cima de la

Montaña, el Cisne, el Lago Tranquilo, la Rosa Mística, la Llama Eterna. (37).

Lo inconsciente en el sentido zen es lo misterioso, lo desconocido; pero la conciencia esta en constante comunión con el inconsciente y da cabida a la intuición, a la telepatía y a una serie de manifestaciones que se denominan generalmente parapsicológicas. Por eso para entender el zen no se puede permanecer exclusivamente **científico**...

Veamos el concepto del yo, en el Budismo Zen; para ello volvamos a un par de anécdotas de Joshu Jushin (778-897).

Un día le preguntó un monje : *“¿Qué es mi Yo?” Dijo Joshu: “¿Has terminado la colación así, lava tu taza.” El comer es un acto, el lavar es un acto, pero lo que se quiere en el zen es el actor mismo, es el que come y lava el que ejecuta los actos de comer y lavar; y a no ser que la persona sea captada existencial o experimentalmente, no puede hablarse del actuar. ¿Quién tiene conciencia del actuar? ¿y quién te comunica este hecho de la conciencia? ¿y quién eres tú que dices todo esto no sólo a ti mismo sino a todos los demás? “Yo”, “tú”, “ella” o “ello”, son pronombres que representan algo que está detrás. ¿Quién es este algo?*

Otro monje le pregunto a Joshu : “Qué es mi Yo?” Dijo Joshu: “Ves el ciprés en el patio?” No es el acto de ver sino el que ve a quien quiere captar el maestro Joshu. Si el Yo es el eje de la espiral y nunca se objetiva ni actualiza sigue allí y el zen nos dice que debemos captarlo con las manos desnudas y mostrar al maestro lo que es inapresable, inobjetivable o inalcanzable (en japonés, fukatoku; en chino, pu-ko-te; en sánscrito, anupalabdha). Aquí está, como podemos advertir, la discrepancia entre la ciencia y el zen. El zen, sin embargo, debemos recordarlo, no tiene ninguna objeción al enfoque científico de la realidad; el zen sólo pretende decir a los científicos que el suyo no es el único método sino que existe otro que, según el zen, es más directo, más interior y más real y personal, método que los científicos pueden llamar subjetivo pero que no lo es de la manera en que ellos lo designarían o definirían.” (38).

Suzuki utiliza los términos persona, individuo, yo, y ego, como sinónimos. La experiencia del yo, desde el punto de vista zen, conlleva sentimiento de autonomía, libertad, autodeterminación y capacidad creadora. Y afirma : “ *La ciencia o lógica es objetiva y centrífuga mientras que el zen es subjetivo y centripeto*” (39).

Aunque el término **Koan**, viene del chino kung-an, que significa documento, se ha generalizado como una especie de

problema que el maestro formula a los alumnos para que lo resuelvan. Es la forma de propiciar el despertar, y podría considerarse que es generalmente dialéctica, pero con frecuencia asume una forma aparentemente absurda.

Escuchemos estos dos ejemplos :

“Al preguntar un discípulo: ¿Quién es el que está solo, sin un compañero entre las diez mil cosas?” El maestro respondió: “ Cuando te tragues de una sola vez el Río del Oeste te lo diré.” “Imposible” será nuestra reacción inmediata. Pero la historia nos dice que esta observación del maestro abrió lo que podríamos llamar la cámara oscura de la conciencia del interrogador.

Fue el mismo maestro que pateó en el pecho a un monje cuyo delito fue preguntar : “¿Cuál es el sentido del Bodhidharma que viene a China del Oeste?”, lo que equivale a decir: se levantó y una vez recuperado, declaró audazmente, aunque riéndose de todo corazón: “¿Qué extraño que toda forma posible de samadhi que exista en el mundo esté en la punta de un pelo y que yo haya dominado su significado secreto hasta su más profunda raíz!” ¿Qué posible relación podría existir entre la patada del maestro y la atrevida declaración del monje? Esto jamás podría entenderse en el plano de la intelección. Por absurdo que pueda ser todo esto, es sólo nuestro

hábito de conceptualización el que nos impide enfrentarnos a la realidad última tal como se muestra desnuda en sí misma. Lo “absurdo” tiene en realidad mucho significado y nos hace levantar el velo que existe mientras permanezcamos de este lado de la relatividad.” (40).

Esta iluminación da equilibrio y tranquilidad. Es una estación en el camino Zen. El entendimiento puede formular todo tipo de preguntas, pero la respuesta definitiva no está en la naturaleza de la intelección y esto es lo que quiebra el aparente absurdo de la respuesta del maestro zen, golpeando la facilidad de la esperanza cognoscitiva en detrimento de una realidad que solo se capta renunciando a ella.

Dice Suzuki : “..lo que rechazo es considerar al entendimiento como la realidad última” (41).

Nos aclara que los siguientes ejemplos ilustran lo que nos quiere decir :

“ Se dice que Yeno, el Sexto Patriarca, pidió a su interrogador: “Enséñame la cara original que tuviste antes de nacer.” Nangaku Yejo, uno de los discípulos de Yeno, le preguntó a uno que deseaba ser iluminado: “¿Quién es el que así se acerca a mí?” Uno de los maestros de la época Sung quería saber: “¿Dónde nos encontramos después de muertos, después de ser cremados y

*de que todas las cenizas se dispersan?” Hakuin, un gran maestro zen del japon moderno, levantaba una de sus manos ante sus seguidores, diciendo: “Déjenme oír el sonido de una mano palmoteando,” Hay en el zen muchas exigencias imposibles como ésta: “Utiliza tu espada que tienes en las manos vacías.” “Camina mientras cabalgas sobre un burro.” “Habla sin usar la lengua.” “Toca el laúd sin cuerdas.” “Detén este diluvio.” Estas paradójicas proposiciones llevarán sin duda a nuestro entendimiento al más alto grado de tensión, haciendo que por último las caracterice a todas como absolutamente absurdas y no merecedoras de gastar en ellas las energías mentales. Pero nadie negará la racionalidad de la siguiente pregunta que ha confundido a filósofos, poetas y pensadores de todas las tendencias desde el despertar de la conciencia humana. “¿De dónde venimos y hacia dónde vamos?” **Todas estas preguntas o formulaciones “imposibles” planteadas por los maestros zen no son más que variedades “ilógicas” de la más “racional” de las preguntas que acabaos de citar.**” (42).*

La intelección, la moralización o la conceptualización son necesarias, solo para comprender sus propias limitaciones. El ejercicio del Koan nos lo descubre. La experiencia de Buda tiene que ver con esta renuncia cognoscitiva, y la aceptación del fluir de las cosas.

Cuando el maestro zen dice que uno debe proseguir el kafú sobre el Koan con las partes abdominales, no se refiere a otro acto que no sea el intento de establecer esta relación con éxito.

Como lo expone este maestro el procedimiento consiste en no hacer del Koan un objeto de intelección, que mantiene siempre alejado al objeto, sino que agarremos al Koan con las manos, con el abdómen, que nos identifiquemos con él, de la manera más completa “.. *de modo que cuando como o bebo no soy yo sino el Koan el que come o bebe. Al llegar a esto el Koan se resuelve sin que yo haga ninguna otra cosa.*” (43).

Así el conocimiento (intuitivo) puede llevarnos a sentir el mundo en una experiencia totalizadora identificándose con el infinito. El maestro por eso no acepta la dependencia del discípulo, y éste debe buscar la realidad por sí mismo y no en la respuesta del maestro, la que surgirá del inconciente del discípulo.

El Taoismo (Lao Tze) enseña, como el Budismo, la irrealidad del universo.

* * *

2.3. La Versión de Borges.

A riesgo de parecer repetitivo deseo citar a Borges a propósito del Budismo Zen, pues es interesante su aproximación tanto al Koan, como al Satori...

“Según se sabe, la fe del Buddha tuvo su raíz en el Nepal y emigró después a la Indochina y a la China por obra de diversos misioneros, de los cuales el más famoso fue Bodhidharma, el Primer Patriarca, a principios del siglo VI de nuestra era. Se cuenta que Shen-Kuan, discípulo y sucesor del Patriarca, no comprendió al principio su doctrina, cuya revelación le era negada por éste. Para probar la sinceridad de su fe, Shen-Kuan se cortó el brazo izquierdo; Bodhidharma, interrumpiendo su silencio de muchos años, le preguntó qué deseaba. Shen-Kuan le respondió: “No hay tranquilidad en mi mente; hazme la merced de pacificarla”. Bodhidharma le dijo: “Muestrame tu mente y te daré paz”, a lo que constestó el discípulo: “Cuando busco mi mente no doy con ella”. “Bien, dijo Bodhidharma, “Ya estás en paz”. Shen-kuan, entonces, recibió una brusca iluminación: comprendió la Verdad.

*Esta anécdota, acaso la menos oscura de las que citaremos, sería el primer ejemplo de intuición instantánea que en el Japón se llama **satori**; equivale a lo que sentimos al percibir de golpe la respuesta a una adivinanza, la gracia de un chiste o la solución de un problema.*

*Una de las sectas chinas fue la de Ch'an (meditación), que pasó en el siglo VI al Japón, donde tomó el nombre de **Zen**.*

*Nuestros hábitos mentales obedecen a los conceptos de sujeto y de objeto, de causa y efecto, de lo probable y de lo improbable y a otros esquemas de orden lógico que nos parecen evidentes; la meditación, que puede exigir muchos años, nos libra de ellos y nos prepara para ese súbito relámpago: el **satori**.*

Desconfiar del lenguaje, de los sentidos, de la realidad del pasado propio o ajeno y aun de la existencia de Buddha, son algunas de las disciplinas que debe imponerse el adepto. En ciertos monasterios, las imágenes del Maestro se usan para alimentar el fuego; las escrituras sagradas se destinan a fines innobles. Todo esto puede recordarnos la sentencia bíblica: “La letra mata, pero el espíritu vivifica” (Cor 3-8).

*Para provocar el **satori**, el método más común es el empleo del **koan**, que consiste en una pregunta cuya respuesta no corresponde a las leyes lógicas.*

El ejemplo clásico se atribuye a varios maestros. A uno de ellos le preguntaron: “¿Qué es el Buddha?”; respondió: “Tres libras de lino”. Los comentaristas advierten que la contestación no es

simbólica. A otro le preguntaron: “¿Por qué vino del oeste el Primer Patriarca?”; la respuesta fue: “El ciprés en el huerto”.

El número de discípulos de Po-Chang fue tan considerable que tuvo que fundar otro monasterio. Para hallar quien lo dirigiera, los reunió a todos, les mostró un cántaro y les dijo: “Sin usar la palabra cántaro, díganme qué es”. El prior contestó: “No es un pedazo de madera”. El cocinero, que iba a la cocina, le dio un puntapié al cántaro y prosiguió. Po-Chang lo puso al frente del monasterio.

Acaso de mayor interés es la historia de Toyo, que al cumplir los doce años quiso recibir instrucción del maestro Mokurai. Este empieza por rechazarlo dada su corta edad; el niño insiste y Mokurai dice: “Puedes oír el sonido de dos manos que aplauden. Muéstrame ahora cómo aplaude una sola”. Toyo se retira a su cuarto y al meditar oye la vecina música de las geishas: “¡Ya entendí!”, proclamó. Al día siguiente, cuando el maestro lo interroga, Toyo entona la música de las geishas.

“No”, le dice el maestro. “ése no es el sonido de una mano”. Toyo busca un lugar más tranquilo y oye agua que gotea. “¡Ya entendí!”, piensa. Al día siguiente, imita ante Mokurai el sonido del agua; Mokurai le dice: “Eso se parece al sonido

del agua, pero no al aplauso de una mano. Prueba otra vez”.

Mokurai oye y rechaza el silbado del viento, el grito de la lechuza, el canto de los grillos y muchas otras cosas. Durante un año. Toyo medita sobre el sonido de una sola mano que aplaude. Al fin vuelve al maestro y le dice: “Me he cansado de escuchar y de repetir y he llegado al sonido sin sonido”. El maestro le responde: “Has acertado”.

*...Para inducir el **satori** algunos maestros sustituyen el **koan** por medios más violentos. Ante una pregunta del discípulo sobre el viaje de Bodhidharma, Ma-Tsu lo derriba de un puntapié. El neófito se ríe y exclama: “Innumerables son las verdades enseñadas por los Buddhas; ahora no hay una sola que no comprenda de un modo simultáneo”. Otros maestros recurrían al grito, la bofetada o a diversas formas de violencia física. Hay ejemplos más moderados. Te-Shan, antes de su revelación, había elegido como maestro a Ch’ung-Hsin. Se alojó en el monasterio; al anoecer, estaba sentado meditando cuando Ch’ung-Hsin le preguntó: “¿Por qué no entras?” Te-Shan respondió: “Está oscuro”. El maestro volvió con una vela encendida y cuando el discípulo iba a tomarla la apagó; Te-Shan intuyó inmediatamente la Verdad.” (44).*

* * *

2.4. La Práctica del Zen.

Volviendo a Suzuki, este nos habla de los 5 pasos en el adiestramiento del Zen :

Sho Chu Hen, 1: Lo uno es lo múltiple; Dios en el mundo; lo infinito en lo finito.

Hen Chu Sho, 2: Lo múltiple en lo uno.

Sho Chu Rai, 3: Desde el medio del **sho** como **hen** y hen como sho.

El que sale precisamente del medio de **sho** y **hen** en su identidad contradictoria.

Se ilustra con el símbolo chino de *Yin* y el *Yang*.

Ken Chu Shi, 4: *Rai* es porvenir y *shi* significa el proceso de llegar al destino; o moverse hacia la meta.

La abstracción lógica, lógos, sale ahora de su encierro y se encarna y se personaliza y entra en un mundo de complejidades; es el yo que es a la vez finito e infinito, transitorio y permanente, limitado y libre, absoluto y relativo.

Ken significa, *ambos*, y se refiere al dualismo de lo negro y lo blanco, lo oscuro y lo claro, el amor y el odio, el bien y el mal, que es la realidad del mundo en que el hombre dedicado al zen conduce ahora su vida.

El espíritu de trabajo esta hondamente arraigado en la mentalidad china y japonesa. Esto no esta de acuerdo con la idea occidental y su tecnificación capaz de ahorrar mucho tiempo al trabajo, ganado para perderlo o en diversiones y a quejarse de lo insatisfecha que esta de la vida o a aumentar su capacidad de autodestrucción.

Las *paramitas* o virtudes cardinales del bodhisattva son 6: Dana (caridad), Sila (preceptos, vida pacífica y armoniosa), Ksanti (humildad, paciencia, ecuanimidad) Virya (energía), Dhyana (meditación), Prajña (meditación, intuición totalizadora).

Ken Cho To, 5: Establecimiento en el Ken.

La diferencia entre este y el cuarto es el uso de *to* en vez de *shi*.

Shi y *to*, significan en realidad la misma acción, “llegar”, “alcanzar” pero de acuerdo con la interpretación tradicional. *shi* no ha completado todavía el acto de alcanzar, el viajero está todavía en el camino hacia la meta, mientras que *to* indica el acto pleno.

El hombre dedicado al Zen alcanza aquí su objeto, porque ha llegado a su destino. Trabaja tan esforzadamente como siempre; permanece en este mundo entre sus semejantes. Sus actividades diarias no varían; lo que se modifica es su subjetividad.

El zen propone buscar la iluminación por uno mismo y ayudar a otros a alcanzarla.

* * *

Finalmente Suzuki nos recuerda las oraciones Zen :

1. Por innumerables que sean todos los seres, ruego que todos se salven;
2. Por inexhaustibles que sean las pasiones, ruego que todas puedan ser suprimidas;
3. Por inconmensurablemente diferenciado que sea el Dharma, ruego que pueda ser estudiado por completo.

4. Por alto que pueda ser el camino de Buda, ruego que pueda ser absolutamente alcanzado.

Bien lo dice Suzuki, al terminar su conferencia: “ *El zen puede aparecer ocasionalmente demasiado enigmático, críptico y lleno de contradicciones, pero es después de todo una disciplina y enseñanza simples :*

Hacer el bien,
evitar el mal.
purificar el propio corazón :
este es el Camino de Buda ” (45).

El Budismo, como observa Kóppen, citado por Borges, no es dogmático ni especulativo; su doctrina es moral y práctica.

2.5. El Satori como Regresión Estructural del Ego.

Los sicoterapeutas se han interesado en el zen desde hace varias décadas. A este respecto baste recordar no solo los trabajos de Yung, y los de Fromm, sino también los de Herrigel Edwar W. Maupin, de Martino Schachtel, Fingarette y tantos otros.

Los estudiosos del zen han considerado que la experiencia del Satori es la médula central.

Es posible que la concepción de este término tenga diferentes sentidos según la cultura a que se pertenezca. Lo cierto es que con frecuencia hay curiosas interpretaciones occidentales que incluso desvirtúan opiniones de autorizados maestros japoneses.

Como lo afirma Maupin el Zen no hace distinciones entre los diferentes tipos de sicopatologías. *“En tanto que terapia parece destinado a gente madura que la alcanzado algún grado de autocontrol. Se considera que los problemas existenciales son provocados por la manera en que el adulto normal se experimenta a sí mismo y el mundo y por los términos en que se plantea el problema”* .(46).

Dentro de esta concepción, el *Satori* sería la respuesta. El individuo intuye la totalidad. Tratando de explicar el *Satori* los occidentales forzan distinciones como la de señalar el *Satori Instantáneo*, y el entrenamiento para mantener una experiencia **constante**, considerando que el relajamiento de la conciencia conceptual y el abandono a la intuición irreflexiva tiene

laboratorio lo descomponen como un material cualquiera.

No se trata de negar el interés que pueda presentar el budismo para ser convertido en objeto de conocimiento, sino que señala esta óptica que de alguna manera desvirtua aquella forma de abordar la vida.

En estos fríos estudios se destaca como aspectos inherentes a la búsqueda del budismo zen, la aceptación, la atenuación de conflictos interiores, apertura de la rigidez de las formas lógicas. Así Fingerette lo relaciona con la sicoterapia cuando esta consigue la reorganización de la personalidad al enfrentarse con sus problemas subyacentes y al ganar una mayor introspección de ellos.

Podemos compartir algunas de sus conclusiones, pero lo vemos exagerando el método psicoanalítico cuando con otros autores occidentales extreman su reducción metodológica, a presentar **el sentimiento de Unidad**, como asociada al pecho materno y las fantasías orales(siguiendo a Freud en su interpretación del sentimiento oceánico). En este mismo sentido Bertram Lewin.

Lewin, según Maupin *“El niño bien alimentado y predurmiente aparentemente se siente fundido con y devorado por el pecho, y el sueño posterior*

tiene este significado. Esta es la matriz de la experiencia subjetiva de la que surgen ideas de sueño, muerte, nirvana inmortalidad, cielo y, sentimiento oceánico” (49).

Fingaretti concede que el sentimiento de unidad puede considerarse una fantasía de la unidad primaria pero que tiene lugar en el contexto de un ego altamente integrado y flexible. Agrega Maupin comentando a este autor que “ *...Se pueden mantener residuos aceptables de fantasía infantil, y gratificación instintiva parcial sin que la experiencia sea antirrealista* “ (50).

Todas estas sensaciones del sentimiento de unidad son objeto de análisis tratándose de la experiencia mística.

James señala varios casos de personas laicas.

El Dr. Bucke, médico canadiense (1923) reunió importante documentación al respecto. Su artículo “*Del sí mismo a la conciencia cósmica*”, es constantemente reeditado y comentado.

Se podrían identificar, como señala Maupin, dos líneas principales de explicación: ***La Sicoanalítica Clásica***, en términos de una fantasía de la unión primaria del niño con el

pecho materno; y ***Otra, la Regresión Estructural del Ego.***

Maupin afirma que éste último concuerda más con el pensamiento Zen, *“el cual define al Satori como una ruptura de un estado de conciencia (conceptualizante) hacia otro”* (51).

Y agrega : *“Desde un punto de vista estructural, la unidad y la indiferenciación pueden considerarse un modo característico de organización de un estado particular del ego. Sumamente consistentes en esto, los escritores Zen atribuyen la Unidad a un estado mental que ya no es conceptual : una conciencia de la realidad que ya no se encuentra entorpecida por los conceptos o las fantasías”*.

Más allá del reduccionismo metodológico se debe admitir la validez de las comparaciones. Evidentemente que la práctica del Budismo Zen y la búsqueda de la iluminación, disminuyen los conflictos que comprometen o inhiben la auto-conciencia y la angustia y sugieren que el satori promueve la adaptación.

No obstante conviene recordar la observación de Alan Watts : *“ ..una sorpresa planeada es algo tan contradictorio como un satori intencional. Quien apunta al satori se aparece a aquella persona que se envía a si misma un regalo de navidad por temor que los demás lo*

olviden...” (52). Y nos recuerda que el Zen se ha llamado a si mismo, “*El Camino del Despertar Instantáneo*”; que el pasado y el futuro son ilusiones, y el presente lo eternamente real.

2.6. EL CAMBIO DEL PARADIGMA

- La Orientación hacia la Simplicidad Voluntaria -.

Los occidentales siempre han admirado estas actitudes de desapego y búsqueda de la serenidad de los orientales, no solo en el Zen, sino en el **abhidhama**, la psicología budista clásica.

El modelo abhidhama, según lo expone Daniel Goleman, señala toda una gama de actitudes negativas y malsanas que se interponen en el camino de la evolución psicológica y propone el **Arahat** un hombre que encarna la esencia de la salud mental. *“..una enumeración parcial tomada de una lista tradicional incluye : 1) Ausencia de avidez de deseos sensoriales, ansiedad, resentimientos o temores de toda especie, de dogmatismos como la creencia que esto o lo otro es “La verdad”; aversión a situaciones de pérdida, desgracia, dolor o culpa; sentimientos de lejanía o cólera; vivencias de sufrimiento; necesidad de*

*aprobación, placer o elogio; deseo de nada para sí mismo, a no ser los artículos esenciales y necesarios; 2) **Predominio de:** imparcialidad hacia los otros, ecuanimidad en todas las circunstancias; constante alerta y calma deleite en lo que se vive, por vulgar o aburrido que pueda ser; intensos sentimientos de compasión y bondad; percepción rápida y precisa; compostura y destreza al emprender la acción”.(53).*

Estas características representan una aspiración, y para el occidental constituyen un ser idealizado, sin embargo para muchas de las religiones orientales su realización es una búsqueda permanente.

Esto esta relacionado con la propuesta de un cambio de paradigma en occidente dominado por el consumismo y la dependencia de necesidades secundarias o artificiales.

En este sentido las palabras de Elgin Duane, no muestran la validez de las búsquedas orientales de la simplicidad :

“A medida que el ritmo y la confianza del industrialismo decrecen y que su dirección se ve modificada por la nueva escasez, la cara de hereje de la necesidad nos impone el establecimiento de una nueva relación con los aspectos materiales de la existencia.

*A continuación nos ocupamos de un fluir social que poco a poco va apareciendo y que puede contribuir a equilibrar y dar mayor coherencia a las acciones sociales; **nos referimos al movimiento en pro de la simplicidad voluntaria.***

Históricamente, en Occidente en general y en Norteamérica en particular el consumo ha sido considerado como un objeto principal de la actividad humana. Este punto de vista se refleja en la medida habitual de la felicidad del hombre - su “estándar de vida” -, que se calcula casi exclusivamente en términos materiales. Hemos intentado dar el máximo de importancia al consumo, suponiendo implícitamente que el nivel de consumo se relaciona directamente con el nivel del bienestar y de la felicidad humanos. Pero este supuesto parece tener muy escasa base y ser demasiado limitador cuando se trata de afrontar la totalidad de las satisfacciones humanas. Son muchas las pruebas de que, más allá del nivel de la “suficiencia” material, con el dinero no se compra la felicidad.

Como respuesta visceral a este conocimiento, es cada vez mayor el número de personas que parecen estar adoptando un estilo de vida alternativo que, aun siendo materialmente más modesto, es en términos generales más satisfactorio y enriquecedor. Es posible que la simplificación voluntaria de los aspectos externos y materiales de la vida contribuya significativamente al enriquecimiento de los

aspectos interiores y no materiales. El difunto Richard Gregg, en un artículo premonitorio escrito en 1936, expresa con toda elocuencia los fundamentos racionales de la simplicidad voluntaria.

La simplicidad voluntaria pone en juego tanto la situación interior como la exterior. Significa tanto unidad de propósito, sinceridad y honestidad en lo interior, como necesidad de evitar, en lo exterior, la acumulación, el exceso de posesiones que nada tienen que ver con el propósito principal de la vida. Significa ordenamiento y una orientación de nuestra energía y de nuestros deseos, una restricción parcial en cierta dirección con el fin de asegurar mayor abundancia de vida en otras direcciones. Implica una organización deliberada de la vida en función de un propósito.(...)

Aunque la simplicidad voluntaria puede ser una respuesta práctica a la nueva escasez a que nos enfrentamos, pocas razones hay para pensar que tal “frugalidad” sería voluntariamente adoptada sin un propósito compulsivo que motivara a aceptar. ¿Cuál es, pues, ese impulso hacia la frugalidad/simplicidad? Primero, sea cual fuere el propósito o atracción magnética, necesita tener la fuerza suficiente para suscitar en la gente la disposición hacia la frugalidad. En

segundo lugar, es necesario que sea congruente con los valores tradicionales que respetan las libertades individuales. Tercero, debe ser a la vez idealista (que ofrezca a modo de orientación una imagen atractiva de la posibilidad futura) y pragmático (que muestre respeto por los problemas materiales reales con que nos enfrentamos). Un propósito que satisface las necesidades mencionadas es el de explorar, en comunidad con otros, la frontera interna y no material del hombre mismo, unida esta exploración a una simplificación voluntaria de los aspectos externos y materiales de la vida. La necesidad material coincide, aparentemente, con la posibilidad evolutiva, de modo que podríamos restringir el aspecto material de la vida para explorar más a fondo las dimensiones no materiales de la existencia humana. Más que una moda pasajera o una actitud escapista frente al mundo real, este planteamiento parece una respuesta racional ante una situación de urgencia.” (54).

Para mi, este camino lo ofrece el haikú...

3. EL CAMINO DEL HAIKU

3.1. Las Anotaciones de Senegal

Como lo dice R. H. Blyth - según Humberto Senegal, cuya conferencia “*Anotaciones sobre el Haikú* -, tomó de base para estos

comentarios, uno de los estudiosos europeos del zen y del arte japones, que con sus traducciones y estudios sobre el haikú más ha logrado aproximar la mentalidad occidental al género, dice del haikú que este es “ *una especie de satori o iluminación, por la que penetramos en la vida de las cosas. Captamos el significado inexpresable de alguna cosa o hecho totalmente ordinario y que hasta ahora nos había pasado por completo desapercibido. El haikú es la aprehensión de una cosa por una realización de nuestra unidad original y esencial con la cosa misma* ” (55).

El haikú es una de las manifestaciones de la poesía japonesa, compuesta de tres líneas: la primera de 5 sílabas, la segunda de 7 y la tercera de cinco.

Este género ha atraído la atención de muy importantes investigadores quienes tratando de dar cuenta de él han subrayado algunas de sus características más sobresalientes :

Michel Walberg señala que en su visión “.. *el hombre ya no está dividido, sino que ahora se haya unido a la tierra, al cielo y a la divinidad*”; **Kuni matsou**, dice que su belleza y su valor residen “.. *en la simplicidad de su estrecho marco y en las ideas condensadas, simbólicas e intuitivas*”; **Otsuji**, descubre el camino para penetrar el haikú, válido tanto para su lectura como para su escritura. Dice: “ . *No*

es necesario poseer alguna ideología o filosofía personal para poder componer haikú. Podemos entrar en el mundo de la creación cuando somos completamente sinceros y humildes ante la naturaleza; cuando no introducimos perezosa fantasía o nos ponemos a pensar. Cuando uno alcanza el estado de desprendimiento y canta con naturalidad, entonces puede producir verdadero haikú”; **Christmas Humphreys**, escritor inglés, erudito en budismo, se refiere al haikú, como un medio, no un fin... El haikú nos ayuda a aprehender la sensación directamente “...*El yo tiene que batirse por la simplicidad, la pobreza, la soledad y lo diáfano. No tengo que escribir las cosas sino ofrecer las ventanas a las que pueda asomarse el lector para mirar cosas que nunca antes había visto”;* **Alan Watts**, opina que el haikú es similar a “...*un guijarro arrojado al estanque de la mente del oyente, que evoca asociaciones de su memoria. Invita al oyente a participar, en lugar de dejarlo mudo de admiración mientras el poeta se luce”;* **Alberto Manzano** y **Tsutome Takagi**, opinan que esta poesía está lejos de la maniobra intelectual y que “*su esencia está basada en la intención y la simplicidad”;* de ese mismo criterio son **Mariano Antolin** y **Alfredo Embid**. **Suzuki**, precisa : “.. *Es la visión intuitiva interior, en contraposición con la aprehensión intelectual y lógica. Representa el descubrimiento de un nuevo mundo que permanece, desconocido en medio de la confusión del espíritu atado por el dualismo”;*

Takayana, señala que el haikú “*debe imponerse, sobre todo, en los cambios físicos y en los matices sentimentales que el ciclo de las estaciones imprime sobre el universo*”, añadiendo que para crear un haikú hay que contemplar en una quietud de alma completa “*la inestabilidad de las cosas y de la vida humana*”. La relación íntima del mundo con el individuo. Cada estación, cada período de tiempo, la noche y el día, el sol y la luna, permiten al hombre descubrirse así mismo en los cambios de cada uno de ellos. Su propia nada es la afirmación de cuánto lo rodea, en el vacío de la totalidad descubre su propio ser trascendiendo la angustia de la dualidad.

En las “*Anotaciones sobre el Haikú*” texto del cual tomamos estas citas, Humberto Senegal comenta que el inglés **Aston**, citado por el cronista **Enrique Gómez Carrillo**, en su obra “*El Japón Heróico y Galante*”, elabora un catálogo de temas poéticos nipones propios del haikú y del tanka: el amor, la nostalgia del hogar, la tristeza de las ausencias de los seres queridos, la pena por la muerte, la alegría de beber sake y las quejas por lo incierto de la existencia. De la naturaleza importan los aspectos variados de las estaciones, el murmullo de los arroyos, las flores, los árboles, las piedras musgosas, las nieves del monte Fuji, las olas que revientan en la playa, las algas en la arena,

el trino de las aves, los insectos, el bramido de los ciervos en otoño, los tonos rojizos de las hojas de los arces, la luna, la lluvia, el viento. Agregan que si se toman en cuenta algunas efusiones galantes o patriótica, una enorme cantidad de juegos de palabras y algunas imágenes religiosas, la enumeración queda completa.

Senegal comenta que Aston y Carrillo a pesar de esta larga lista son bastante limitados en sus apreciaciones, pues dejan de lado *“Las infinitas posibilidades intuitivas que palpitan en el haikú, tras de esa realidad que catalogan con ligereza”*.

Senegal acude al poeta **Tsurayuki** quien al prolongar el Kokinsho (colección de poesías antiguas y modernas), considerada como la principal obra poética del período Heian (794-1192), enumeró con insuperable magistralidad y con conocimientos profundos del alma del pueblo japonés y de su expresión poética, las circunstancias y los temas propios de ésta última. Para **Tsurayuki** poesía es *“Aquello que endulza los vínculos entre hombres y mujeres y aquello que puede confortar el corazón de los feroces guerreros”*.

Donald Keen, nos revela uno de los secretos de forma y fondo del haikú, al presentarlo como *“..la expresión del punto de intersección de lo momentáneo con lo constante y eterno”*; **W.**

Higginson, dice que éste “*sucede a todo instante y en cualquier lugar donde se hallen personas en contacto con el mundo de sus sentidos y con sus íntimas respuestas a los mismos*”. Y en este mismo sentido **Basho** nos aclaró : “*...Haikú es simplemente lo que esta sucediendo en este lugar, en este momento*”.

Señalando las características del Haikú, Senegal muestra una serie de aspectos que comparte con los caracteres generales del arte Zen, anota :

1.) **Olvido del Yo**, se produce cuando la impersonalidad del poeta permite que el haikú se exprese por sí mismo; 2) **Soledad**, dichosa y aceptada; 3) **Aceptación de la Realidad**, la aceptación de nosotros mismos; 4) **Rechazo al Verbalismo**; 5) **Rechazo al Intelectualismo** y al moralismo; 6) **Sentido de la contradicción**; 7) **Sentido de lo concreto**; amor, compenetración de la persona con cuanto lo rodea.

Senegal nos dice, que “ *el haikú tiene naturaleza de koan, por cuanto parece decirnos mucho aunque en realidad no nos esta diciendo nada; nada explica de aquello que la persona desearía conocer con más detalles. ¿El detalle para qué? Es, precisamente, el detalle solo el que nos muestra la totalidad del objeto y los demás objetos que lo rodean. Pero no hay que pensar, no hay que detenerse razonando sobre lo que nos pinta el haikú koan porque*

entoÛŸe 5À e
En ÿ¼
§k - ' ' ' ' ''
'' d ¾ ¾ ¾
¾ ï @

»□□"□□□^{3/4}□□□□□□□□□□^{1/2}□□F□□□□**¢**»□□□□□□□□**¢**
 □□^{3/4}□□□□□□□□^{3/4}□□□□□□□□^{3/4}□□□□□□□□¹□□□□**@**
 □□□

»□□"□□□3/4°□□□□□□□□□ï1/2□□F□□□¢»□□□□□□□¢
□□3/4°□□□□□□□□□3/4°□□□□□□□□3/4°□□□□□□□□□î°□□@□
□□

»□□"□□□ $\frac{3}{4}^\circ$ □□□□□□□□□□□ $\ddot{\text{i}}$ $\frac{1}{2}$ □□□□□□□□**F**□□□□□□**¢**»□□□□□□□□**¢**
 $\frac{3}{4}^\circ$ □□□□□□□□ $\frac{3}{4}^\circ$ □□□□□□□□ $\frac{3}{4}^\circ$ □□□□□□□□ $\hat{\text{i}}$ $^\circ$ □□□□**@**□□
□

»□□"□□□^{3/4}°□□□□□□□□^{1/2}□□F□□□□²»□□□□□□□□²
°□□□□□□□^{3/4}°□□□□□□□□^{3/4}°□□□□□□□□¹°□□@□□□□

*representaron en su mayor parte como lunáticos abandonados, con el ceño fruncido, o gritando, vagando o riendo a carcajadas ante un montón de hojas al viento. Como temas favoritos adoptaron las figuras de los dos ermitaños locos Han-shan y Shih-te y al dios popular Pu-tai, de enorme rotundidad, completando así un maravilloso conjunto de felices vagabundos que ejemplifican el espléndido absurdo y la vaciedad de la vida zen. El Zen, y hasta cierto punto, el Taoísmo, parecen ser las únicas tradiciones espirituales suficientemente seguras de sí como para satirizarse a sí mismas, o que se sienten suficientemente libres de inhibiciones sociales como para reírse no sólo de su religión sino aun en medio de ella. En estas figuras lunáticas los artistas zen representan algo más que una parodia de su propio **wu-shin** o forma de vida “despreocupada”, pues así como “el genio es pariente de la locura” hay un sugestivo paralelo entre la cháchara sin sentido del loco feliz y la vida sin finalidad del sabio zen. Como dice un poema zenrin:*

***Los gansos salvajes no se proponen reflejarse en el agua;
el agua no piensa recibir su imagen.***

Así, la vida sin propósito es el tema constante del arte zen de toda clase, que expresa el estado íntimo del artista de no ir a ninguna parte en un momento intemporal. Ocasionalmente todos los

hombres pasan por estos momentos, y entonces justamente cuando consiguen ver el mundo con tanta vivacidad que su resplendor colma los intervalos de la memoria: la fragancia de las hojas que se queman en la niebla de una mañana de otoño, una bandada de palomas iluminadas por el sol contra un nubarrón, el sonido de una cascada invisible al anochecer, o el grito solitario de un pájaro desconocido en la espesura de un bosque. En el arte zen todo paisaje, todo bosquejo de bambúes al viento o de rocas solitarias es un eco de tales momentos.

*Cuando el momento expresa soledad y quietud se llama **sabi**. Cuando el artista se siente triste o deprimido y en esta peculiar vaciedad divisa algo corriente y modesto en su increíble “ser tal”, este temple se llama **wabi**. Cuando el momento evoca una tristeza más intensa y nostálgica, relacionada con el otoño y con la gradual desaparición del mundo, se llama **aware**. Y cuando se ve súbitamente algo extraño y misterioso, que sugiere algo desconocido y que nunca será descubierto, el estado de ánimo se llama **yugen**. Estas palabras japonesas, prácticamente intraducibles, denotan los cuatro estados de ánimo fundamentales de **furyu**, es decir, la atmósfera general del “gusto” zen al percibir los momentos sin propósito que surgen en nuestra vida”.(56)*

Alan Watts asocia el surgimiento del haikú a partir del zenga. Veamos, con largueza... la presentación que nos hace :

*“ Hacia comienzos del siglo XVII los artistas japoneses desarrollaron un estilo aun más sugestivo e “improvisado” de **sumi-e**, llamado **hauga**, que se utilizaba para acompañar los poemas **haiku**. Estos poemas provenían de los **zenga**, es decir, las pinturas sencillas que hacían los monjes zen para acompañar versos extraídos del **Zenrin Kushu** y frases de los diferentes **mondos** y **sutras**. **Zenga** y **haiga** representan la forma “extrema” de la pintura **sumi**: la más espontánea, directa y cruda, repleta de los “accidentes controlados” del pincel con los que expresan la maravillosa carencia de sentido de la naturaleza misma.*

*Desde los tiempos más remotos los maestros zen han demostrado ser partidarios de escribir breves poemas gnómicos: lacónicos y directos como sus respuestas a las preguntas acerca del Budismo. Muchos de ellos, como los que hemos citado del **Zenrin Kushu**, contenían claras referencias al **Zen** y a sus principios. Pero así como la frase de **T’ung-shan**: “!Tres libras de lino!”, fue una respuesta llena de Zen pero no acerca del Zen, así también la poesía zen más expresiva es aquello que “no dice nada”, es decir, que no es una filosofía o comentario acerca de la vida. Por ejemplo, una vez un monje*

preguntó a Feng-hsueh: “Cuando tanto la palabra como el silencio resultan inadmisibles, ¿cómo podemos hacer para no errar?” El maestro replicó :

**Siempre recuerdo a Kiangsu en marzo:
!El canto de la perdiz, el macizo de flores
fragantes!**

También aquí, como en la pintura, hallamos la expresión de un momento vivaz en su puro “ser tal” - aunque nuestra manera de calificarlo es harto inadecuada - y los maestros con frecuencia citaban la poesía clásica china de esta manera, utilizando dísticos o cuartetas que señalaban y no decían más.

*Los círculos literarios también favorecían la práctica de tomar pareados de los antiguos poemas chinos para utilizarlos como canciones. A comienzos del siglo IX. Fujiwara Kinto compiló una antología con tales extractos, junto con breves poemas japoneses **waka**, a los que dio el título de Roeishu, o Colección de cantos claros. Semejante empleo de la poesía evidentemente expresa el mismo tipo de visión artística que encontramos en las pinturas de Ma-yuan y Much'i, el mismo uso del espacio vacío que cobra vida con unas pocas pinceladas. En la poesía el espacio vacío es el silencio que rodea un poema de dos líneas: el silencio requerido por la mente, en el que no pensamos “acerca” del poema sino*

que realmente sentimos la sensación que el poema evoca, y con mucha fuerza precisamente porque dice tan poco.

Ya en el siglo XVII los japoneses alcanzaron la perfección con esta poesía “sin palabras” en el haiku, poema de diecisiete sílabas que deja el tema casi en el momento de tomarlo. Para quienes no están acostumbrados a estos poemas japoneses, el haiku no parece otra cosa que el comienzo o el título de un poema, y al traducirlos es imposible comunicar el efecto de su sonido e imagen, que es justamente lo importante. Desde luego hay muchos haiku que parecen tan presuntuosos como las pinturas japonesas en bandejas de laca barata destinadas a la exportación. Pero el oyente no japonés debe recordar que un buen haiku es un guijarro arrojado al estanque de la mente del oyente, que evoca asociaciones de su memoria. Invita al oyente a participar, en lugar de dejarlo mudo de admiración mientras el poeta se luce.

*Los poemas haiku deben su desarrollo sobre todo a la obra de Basho (1643-1694), cuya manera de sentir el zen tendía a expresarse en un tipo de poesía totalmente afín al espíritu del **wu-shih**: “nada especial”. “Para escribir haiku - decía-, búsquese un niño de un metro de alto”, con lo cual aludía al hecho de que sus poemas tienen la misma inspirada objetividad de la expresión de asombro que encontramos en los niños, y nos*

devuelven aquella manera de sentir el mundo como lo vimos la primera vez con nuestros ojos azorados.

**Kimo hu take
Yoki mono miseru
!Yukimaroge!**

Tu enciendes el fuego;
te mostraré algo lindo:
!Una gran bola de nieve!

*Basho escribía sus haiku en el tipo más sencillo de lenguaje japonesa evitando naturalmente el lenguaje literario e “intelectual”, con lo cual creó un estilo que hizo posible que la gente del pueblo fuera poeta. Su contemporáneo Bankei hizo lo mismo con el Zen, porque como dice uno de sus poemas **Ikkyu** :*

Todo lo que se opone
a la mente y voluntad de la gente del pueblo
contradice la Ley de los Hombres
y la Ley de Buddha.

Lo cual responde al espíritu del dicho de Nanch’uan: “La mente normal es el Tao”, es decir, la mente “simplemente humana” y no “meramente vulgar”. Por ello en el siglo XVII se popularizó extraordinariamente la atmósfera del Zen en el Japón, desde los monjes y samurai hasta los granjeros y artesanos.

Uno de los poemas de Basho “delata” la verdadera sensación del haiku, aunque en realidad dice demasiado para ser auténtico haiku:

!Qué admirable,
el que no piensa “La vida es fugaz”
al ver el relámpago!

En efecto, el haiku percibe las cosas en su “ser tal” y sin comentario, concepción del mundo que los japoneses llaman sono-mama: “Tal como es”, o “Simplemente así”.

Yuyos en el campo de arroz,
cortados y abandonados...
!Fertilizantes!

En el Zen el hombre no tiene otra mente que lo que sabe y ve, lo cual está casi expresado en el siguiente haiku de Gochiku :

La larga noche;
el sonido del agua
dice lo que pienso.

Y aun más directamente :

Las estrellas en el charco;
de nuevo el aguacero invernal
enriza el agua.

*Los poemas **haiku** y **waka** expresan acaso más fácilmente que la pintura las sutiles diferencias que existen entre los cuatro temples de ánimo: **sabi**, **wabi**, **aware** y **yugen**. La quieta y conmovedora soledad de **sabi** es evidente en*

En una rama seca
un cuervo se ha posado
en la tarde de invierno.

Pero es menos patente y por ende más profunda en

Con la brisa de la tarde
el agua murmura contra
las patas de la garza.

En el bosque oscuro
cae una bellota:
sonido del agua.

***Sabi** significa soledad en el sentido del desapego budista que ve todas las cosas como si ocurrieran “por sí mismas” en milagrosa espontaneidad. Esto acompaña la sensación de profunda, ilimitada quietud que trae una prolongada nevada, que amortigua todos los sentidos en sucesivas capas de blandura.*

Cae la cellisca;
infinita, insondable
soledad.

***Wabi**, el inesperado reconocimiento del fiel “ser tal” de las cosas muy corrientes, especialmente cuando la melancolía del futuro momentáneamente ha frenado nuestras ambiciones, es acaso el temple de estas líneas :*

Un portón de zarza
y por candado
este caracol.

* * *

El pájaro carpintero
sigue en el mismo lugar;
acaba el día.

* * *

Desolación de invierno;
en el agua llovida de la tina
caminan gorriones.

***Aware** no es exactamente tristeza y tampoco nostalgia en el sentido corriente de desear que retorne un pasado querido. Aware es el eco de lo que ha pasado y ha sido amado, con una resonancia como la que una gran catedral presta a su coro, de modo que sin ella el canto se empobrece.*

Nadie vive en el Fuerte de Fuha;
 el cobertizo de madera está derruido;
 todo lo que queda
 es el viento otoñal.

* * *

La bruma vespertina;
 recuerdos del pasado,
 ¡cuán lejos están!

*Aware en el momento crítico que ocurre entre el
 acto de percibir la fugacidad del mundo con pena
 y dolor, y el acto de verlo como la forma misma
 del Gran Vacío :*

El arroyo se esconde
 entre los pastos
 del otoño que se aleja.

* * *

Hojas que caen,
 quedan unas sobre otras;
 la lluvia golpea la lluvia.

*Ese momento de transición está justamente por
 “pasar” en el haiku escrito por Issa a la muerte
 de su niño:*

Este mundo de rocío,
 podrá ser de rocío,
 y sin embargo, y sin embargo...

*Como yugen significa una especie de misterio,
eslo más difícil de describir, y los poemas deben
hablar por sí mismos :*

El mar se oscurece;
las voces de los patos salvajes
son débilmente blancas.

* * *

La alondra:
sólo su voz cayó,
sin dejar eco.

* * *

En la densa niebla,
¿qué es lo que gritan
entre el cerro y el barco?

* * *

Salta una trucha:
se mueven las nubes
en el lecho del río.

*O bien este ejemplo de yugen proveniente de los
poemas Zenrin :*

Amaina el viento, las flores aún caen;
gritan los pájaros, se ahonda el silencio en la montaña.

Como la enseñanza del Zen desde por lo menos finales del sigloXV utilizaba constantemente estos dísticos chinos, la aparición del haiku no es nada sorprendente. La influencia es patente en este haiku “yugen al revés” de Moritake.

El Zenrin dice :

Este espejo roto no reflejará más;
la flor caída no volverá a la rama.

Y Moritake:

¿Una flor caída
volviendo a la rama?
Era una mariposa.

Al hablar de las relaciones del Zen con la poesía es inevitable traer a colación el nombre del monje y ermitaño zen soto Ryokan (1758-1831). A menudo se piensa que un santo es alguien cuya sinceridad le acarrea la enemistad de la gente, pero Ryokan tiene la distinción de haber sido alguien a quien todo el mundo amaba, quizá porque era natural como un niño, más bien que bueno. Es fácil tener la impresión de que el amor a la naturaleza japonés es predominantemente sentimental, y que hace hincapié sobre todo en los aspectos “lindos” y “bonitos” de la naturaleza: mariposas, flores de cerezo, la luna otoñal,

crisantemos y viejos pinos. Pero Ryokan es también el poeta de los piojos, las pulgas y está completamente empapado de lluvia fría :

En días de lluvia
el monje Ryokan
se apiada de sí.

* * *

Y su concepción de la “naturaleza” forma un solo conjunto :

El sonido del fregado
de la cacerola se mezcla
con la voz de las ramas en los árboles.

En cierto sentido Ryokan es un San Francisco japonés, aunque muchos menos evidentemente religioso. Fue un tonto errante, que jugaba con los niños sin avergonzarse, vivía en una choza solitaria del bosque bajo un techo con goteras y con una pared llena de poemas escritos en su letra maravillosamente ilegible, como patas de araña, tan apreciada por los calígrafos japoneses. Compara los piojos de su pecho con bichos en el pasto, y expresa los sentimientos humanos más naturales - tristeza, soledad, azoramiento, o compasión- sin el menor rastro de vergüenza u orgullo. Aun cuando le roban sigue siendo rico, porque

Al ladrón

se le olvidó
la luna en la ventana.

Y cuando no hay dinero

El viento trae
suficientes hojas caídas
para hacer el fuego. ” (57)

3.3. Alegría del Haikú

Para mí la poesía es un modo de vida, la manera de asumir mi existencia, el universo. Y aunque este es un campo amplio y diverso debo confesarles que solo a través de ella encuentro posibilidad de expresión y apaciguamiento.

Me levanté en un ambiente humanista por lo que tempranamente supe de la existencia de este campo de la geografía espiritual. Ya había transcurrido buena parte de mi vida cuando el maestro Alvaro Pío Valencia, me descubrió los Upanishads, y así recorrí en esta compañía otra parte del trayecto.

Un día inesperado, alguien me habló del haikú. A partir del conocimiento del libro de Tello, que me enviara Arcadio Plazas Alcíd, conocí a Bashō y sus discípulos. Este libro fue mi iluminación : vi claramente lo que había

en mí y entendí que esa vivencia poética había sido mi fé y mi religión. Ya lo había sentido con los Upanishads, con Aurobindo y Tagore.

Anotaba este gran poeta hindú: “ *Mi religión es una religión de poeta; no sabría dar una explicación cabal del dolor, del mal, ni lo que podría ser la realidad posterior a la vida*”.

Encuentro en el haikú una coincidencia de fondo y forma; por eso un amigo me decía “ *que no había sido para mí un descubrimiento sino un desentrañamiento*”.

Tomé el camino de Senda de Oku y por el he venido vivenciando lo que el Zen le ofrece a la poesía: esa confraternidad con la vida, esa unión con el universo, la aceptación de nuestro ser con todas sus contradicciones y la certeza que lo aparentemente intrascendente pertenece a la totalidad y es único.

Para terminar quiero ofrecerles esta brevísima muestra :

*El estanque antiguo
salta una rana
- el sonido del agua.*

Basho

*Las blancas flores del ciruelo
para el corazón
que no duda.*

Mokuin

*Simplemente confía:
¿ no revolotean así
también los pétalos?*

Issa

*Mu, mu, mu...
sele la vaca mugiendo
de entre la niebla.*

Issa

*!Que felicidad!
cruzar este río en verano,
las sandalias en la mano.*

Buson

*Una teja rota en el techo
y aparecen
cien estrellas.*

H. Senegal.

*¿Es un imperio
esa luz que se apaga
o una luciérnaga.*

Borges

*Viéndote gorrión
no pregunto por el destino
de la vida.*

Javier Tafur G.

CITAS

1. **"Budismo Zen y Sicoanálisis"**. D. T. Suzuki y Erich Fromm; Fondo de Cultura Económica. Traducción de Julieta Campos. Bogotá Colombia 1994, pág. 95.
2. Op. cit. pág. 96.
3. Ibidem.
4. Op. cit. pág. 100
5. Op. cit. pág.103
6. Ibidem.
7. Op. cit. pág. 104.
8. Ibidem.
9. Ibidem.
10. Op. cit. pág. 107.
11. Op. cit. pág. 108.
12. Op. cit. pág. 109.
13. Ibidem.
14. Op. cit. pág. 114.
15. Op. cit. pág. 116.
16. Op. cit. pág. 117.
17. Ibidem.
18. Op. cit. pág. 118.
19. Op. cit. pág. 119.
20. Op. cit. pág. 123.
21. Op. cit. pág. 125.
22. Op. cit. pág. 126
23. Ibidem.
24. Op. cit. pág. 128.
25. Ibidem.
26. Op. cit. pág. 135.
27. Op. cit. pág. 137.

28. Op. cit. pág. 147.
29. Op. cit. pág. 148.
30. Op. cit. pág. 152.
31. Op. cit. pág. 21.
32. Op. cit. pág. 22.
33. Op. cit. pág. 24.
34. Ibidem.
35. Op. cit. pág. 25.
36. White, Jhon.
 "¿Qué es la Iluminación?". Compilación
 de artículos de Watts, Huxley y otros,
 pág. 21.
37. Ibidem.
38. **"¿Qué es el Budismo?"** Op. cit. pág. 38.
39. Op. cit. pág. 40.
40. Op. cit. pág. 52
41. Op. cit. pág. 57.
42. Op. cit. pág. 58.
43. Op. cit. pág. 62
44. **¿Qué es el Budismo?**
 Por Jorge Luis Borges y Alicia Jurado.
 Emecé Editores, Buenos Aires, Argentina,
 1991. pág. 136 y ss.
45. Budismo Zen y Sicoanálisis, Op. cit. pág.
 84.
46. **"Budismo Zen : un examen sicológico"**
 compilado dentro del libro **"La
 Experiencia Mística"**, por Jhon White,
 pág. 172.
47. Op. cit. pág. 177.
48. Op. cit. pág. 180.
49. Op. cit. pág. 186.
50. Op. cit. pág. 188.

51. Op. cit. pág. 192.
52. Watts, Alan.
“El Camino del Zen”. Ediciones Arneo, San José, Costa Rica, 1981, pág. 233.
53. Goleman, Daniel.
“La Salud Mental en la Psicología Budista Clásica”. Dentro de la compilación *“Más allá del Ego”*, de Roger Walsh y Frances Vaughan, pág. 201.
54. Duane Elgin *“El Tao de la Transformación personal y social”*. Dentro de la compilación *“Más allá del Ego”*, de Roger Walsh y F. Vaughan; págs. 392/393.
55. Senegal Humberto. Anotaciones sobre el Haikú.
56. Watts, Alan *“El Camino del Zen”*, cap. *“El Zen en las Artes”*. Op. cit. pág. 207.
57. Ibidem.

Traducido del Alemán por
Juan Jorge Thomas.
Introducción de Daisetz T.
Suzuki; supervisado por Hector

ϕ»□□"□□□Ä»□□□□□□Ä»□□□□□□Ä»□□□□□
□Ä»□□□□□□Ä»□□□□□□Ä»□□
□□□□□□¼□□□□□□¼□□□□□□□
¼□□□□□□□
¼□□(□□□¼□□Ä□□□ñ
¼□□Ä□□□±½□□-□□□□¾□□T□
□□i¾□□6□□□ï½□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□''□□□□□□□
Ä»□□□□□□□□,□Ä□□□□□Ä»□
□□□□□Ä»□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□Ä»□□□□□□□□Ä»□□□□
□□□□ï½□□□□□□□□Ä»□□□□□□□''□
□□□□□□□□Ä»□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□ϕ»□□□□□n **Arco**".

Traducido del Alemán por
Juan Jorge Thomas.
Introducción de Daisetz T.
Suzuki; supervisado por Hector

Ä»□□□□□□□Ä»□□□□□□□Ä»□□□□□□□□□□
□□Ä»□□□□□□□¼□□□□□□□□
¼□□□□□□□¼□□□□□□□□
¼□□(□□□¼□□Ä□□□ñ
¼□□Ä□□□±½□□-□□□□¾□□T□
□□i¾□□6□□□ï½□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□□□''□□□□□□□
Ä»□□□□□□□□,□Ä□□□□□Ä»□
□□□□□Ä»□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□□
□□□□□□□□Ä»□□□□□□□□Ä»□□□□□□
□□□□ï½□□□□□□□□Ä»□□□□□□□''□

Jhon White. Editorial Kairos, S.A.
Traducción de David
Rosenbaun
Argentina, 1990.

Musashi Miyamoto.

"El Libro de los Cinco Círculos".
Manual de Estrategia para el
Samurai. Electra Editores.
Colombia, 1994.

Senegal Humberto.

"Anotaciones sobre el Haikú"
Conferencia.

Suzuki D. T. y Erich Fromm.

Budismo Zen y Sicoanálisis.
Fondo de Cultura Económica.
Traducción de Julieta Campos.
Bogotá. Colombia, 1994.

Tafur Javier y Rodrigo Escobar.

**" Para el Corazón que no
Duda"** - Antología del Haikú
Japanes - Inédito.

**"El Haikú - O el Arte de
Guardar el Momento sublime".**
Ediciones La Sílabla. Colección

Ocarina. Cali, Colombia, 1993.

Watts Alan

"El Camino del Zen"

Ediciones Arneo.

San José - Costa Rica, 1981.

White, Jhon

"¿Qué es la Iluminación?"

Compilación. Traducción de

María Rosa Buixaderas Echarri.

Editorial Kairos. Barcelona,

España. 1992.

JAVIER TAFUR

EL CAMINO DEL HAIKU

**(Una aproximación al Sicoanálisis, al
Budismo y a la poesía Zen)**

**EDICIONES LA SILABA
COLECCION ENSAYOS**

EL CAMINO DEL HAIKU

C Javier Tafur González
A.A. 1919
Diseño :
Diagramación :
Ilustración :
Impresión :

Ediciones la Sílabá
Colección Ensayos
Cali, Colombia 1996
Sur América

TABLA DE CONTENIDO

1. EL SICOANALISIS HUMANISTA DE ERICH FROMM.

- 1.1. Contra la Falsa Conciencia
- 1.2. El ZEN: la Captación de la relación de mí mismo con el Universo.

2. EL BUDISMO ZEN

- 2.1. La Nazuma Florece Junto al Seto
- 2.2. Del Inconsciente a la Iluminación
- 2.3. La Versión de J. L. Borges
- 2.4. La Práctica del Zen
- 2.5. El Satori como Regresión Estructurada del Ego.
- 2.6. El Cambio del Paradigma
 - La Orientación hacia la Simplicidad Voluntaria.

3. EL CAMINO DEL HAIKU

- 3.1. Las Anotaciones de Senegal
- 3.2. La Mente Simplemente Humana
 - Alan Watts y el Haikú -
- 3.3. Alegría del Haikú

*Cuando miro con cuidado
veo florecer la nazuna
junto al seto.*

Basho.

EL CAMINO DEL HAIKU

(Una aproximación al psicoanálisis y al budismo Zen).

No soy un experto en psicoanálisis ni tampoco un conocedor del budismo Zen: conozco el camino del haikú y es a través de esta experiencia poética que deseo relacionar el budismo Zen con el psicoanálisis en tanto que se preocupan por el destino de la vida humana.

Las referencias bibliográficas de las cuales parto son unos pocos textos que he releído con interés entre los cuales están, obviamente “ *Psicoanálisis y Budismo Zen*”, de Erich Fromm; las “ *Conferencias sobre Budismo Zen* ”, de D. T. Suzuki, “ *Budismo Zen: un examen psicológico*” de Edward W. Maupin; “ *Qué es el Budismo* ”, escrito por Jorge Luis Borges con la colaboración de Alicia Jurado, “ *el Libro de los Cinco Círculos*” de Miyamoto Musashi.

Son estas las referencias más cercanas, a las cuales debo agregar algunos artículos de R. H. Blyth, Alan Watts, Huxley, Wilber, Krishnamurti,, Aurobindo, Bucke, Walsh, Octavio Paz, Tony de Mello, etc.

La parte que tiene que ver directamente con el Haikú la tomo de “*Para el corazón que no duda*”, una antología de la Poesía Japonesa en la que venimos trabajando hace varios años el poeta Rodrigo Escobar Holguín y yo, que agrupa a más de 100 autores y unos 300 poemas. Los poemas de Basho, Buson, Issa y Ryokan ocupan un lugar destacado y a ellos acudiré en más de una ocasión.

Conviene principiar por precisar algunos de los conceptos utilizados por el psicoanálisis y que emplearé en esta charla.

* * *

1. EL PSICOANÁLISIS HUMANISTA DE ERICH FROMM.

1.1. Contra la Falsa Conciencia

Al hablar de psicoanálisis entendemos el psicoanálisis humanista, dentro de la concepción de Erich Fromm.

Los términos “*consciente e inconsciente*” es igualmente necesario definirlos por cuanto tienen varias y distintas acepciones, ya sea que sean utilizados en sentido **funcional**, en

tanto que situación subjetiva dentro del individuo; en sentido **sectorial**, como parte de una persona (Freud y Jung); y el inconsciente y lo consciente, **como estados de conocimiento**. Es en este sentido como aquí se emplean estos términos siguiendo la propuesta de Fromm.

Decimos que el suyo es un psicoanálisis humanista, porque así lo ha querido caracterizar este maestro, al buscar el bienestar del hombre de acuerdo a las condiciones de su propia existencia. Su propuesta trasciende el marco Freudiano, rebasando su teoría de lo líbido (como capacidad para el pleno funcionamiento genital) y ahondando en la discusión del concepto básico de la existencia humana.

El punto de partida de Fromm es su intento de dar una definición de **bienestar**; dice : *“Bienestar es estar de acuerdo con la naturaleza del hombre ”*.

Atendamos al maestro cuando dice :

“ Si vamos más allá de esta declaración formal surge la pregunta : ¿Qué es estar de acuerdo con las condiciones de la existencia humana? ¿Cuáles son estas condiciones ?

La existencia humana plantea un problema. El hombre es lanzado a este mundo sin su voluntad

y retirado de este mundo también sin contar con su voluntad. A diferencia del animal, que en sus instintos tiene un mecanismo “innato” de adaptación a su medio y vive completamente dentro de la naturaleza, el hombre carece de este mecanismo instintivo. Tiene que vivir su vida, no es vivido por ella. Está en la naturaleza y, sin embargo, trasciende a la naturaleza; tiene conciencia de sí mismo y esta conciencia de sí como un ente separado lo hace sentirse insoportablemente solo, perdido, impotente. El hecho mismo de nacer plantea un problema. En el momento del nacimiento, la vida le plantea una pregunta al hombre, y él debe responder a esta pregunta. Debe responderla en todo momento; no su espíritu, ni su cuerpo, sino él, la persona que piensa y sueña, que duerme y come, que llora y ríe, el hombre total. ¿Cuál es la pregunta que plantea la vida? La pregunta es: ¿cómo podemos superar el sufrimiento, el aprisionamiento, la vergüenza que crea la experiencia de separación; cómo podemos encontrar la unión dentro de nosotros mismos, con nuestro semejante, con la naturaleza? El hombre tiene que responder a esta pregunta de alguna manera; y aun en la locura se da una respuesta, rechazando la realidad fuera de nosotros mismos, viviendo completamente dentro de la concha de nosotros y superando así el miedo a la separación.

La pregunta es siempre la misma. No obstante, hay diversas respuestas o, básicamente, hay sólo

*dos respuestas. Una es superar la separación y encontrar la unidad en la **regresión** al estado de unidad que existía antes de que despertara la conciencia, es decir, antes del nacimiento del hombre. La otra respuesta es **nacer plenamente**, desarrollar la propia conciencia, la propia razón, la propia capacidad de amar, hasta tal punto que se trascienda la propia envoltura egocéntrica y se llegue a una nueva armonía, a una nueva unidad con el mundo” (1).*

Fromm le hace un seguimiento a las variables coscernientes a estas dos respuestas. Para él “ *el nacimiento no es un acto, es un proceso*”; y “ *el fin de la vida es nacer plenamente*” (2).

La muerte, nos dice, se produce cuando el nacimiento se detiene. Y señala no obstante, cómo muchos no pueden romper el cordón umbilical del todo “*..Permanecen simbióticamente, ligados a la madre, al padre, a la familia, la raza, el Estado, la posición social, el dinero, los dioses, etc; nunca surgen plenamente como ellos mismos y, en consecuencia nunca nacen plenamente*” (3).

El regresivo no acepta la realidad como es sino tal como quiere que sea; la actitud madura lleva a **tener conciencia** de la realidad y aceptar sus leyes. Los conceptos de **necesidad** y **libertad** están involucrados en la discusión.

Las formas con el ser humano se plantea ante esta realidad se relaciona con las distintas metas y caminos, y constituyen las diferentes respuestas del hombre total a la pregunta que le hace la vida.

Es aquí, cuando E. Fromm, hace su referencia a los sistemas religiosos que hacen la historia de la religión :

“ Del canibalismo primitivo al budismo zen, la raza humana ha dado sólo algunas respuestas a la cuestión de la existencia, y cada hombre da en su propia vida una de estas respuestas, aunque por lo general no tiene conciencia de su respuesta. En nuestra cultura occidental, casi todo el mundo piensa que da la respuesta de las religiones cristiana o judía, o la respuesta de un ateísmo ilustrado y, sin embargo, si pudiéramos tomar una radiografía mental de cada uno, encontraríamos muchos adeptos al canibalismo, muchos adoradores de totem, muchos que veneran ídolos de distintos tipos, y unos cuantos cristianos, judíos, budistas, taoístas. La religión es la respuesta formal y elaborada a la existencia del hombre y como puede ser compartida en la conciencia y a través del ritual con otros, hasta la religión más inferior crea una sensación de racionalidad y de seguridad por la misma comunión con otros. Cuando no es compartida, cuando los deseos regresivos están en contraposición con la conciencia y las exigencias

de la cultura existente, entonces la “religión” secreta, individual, es una neurosis.

Para entender al paciente individual - o a cualquier ser humano - hay que saber cuál es su respuesta a la cuestión de la existencia o, paraa decirlo de otra manera, cuál es su religión secreta, individual, a la que se dedican todos sus esfuerzos y pasiones. La mayoría de lo que uno considera como “problemas psicológicos” son sólo consecuencias secundarias de esta “respuesta” básica, y de ahí que resulte bastante inútil tratar de “curarlos” antes de haber entendido esta respuesta básica, es decir, su religión secreta, privada” (4).

Recordemos que el eje de Fromm es el bienestar. Nos dice :

“ El bienestar es el estado de haber llegado al pleno desarrollo de la razón: la razón no en el sentido de un juicio puramente intelectual, sino en el sentido de captar la verdad “dejando que las cosas sean” (para usar el término de Heidegger) tal como son. El bienestar es posible sólo en la medida en que uno está abierto, en que responde, en que es sensible y está despierto, vacío (en el sentido zen). El bienestar significa alcanzar una relación plena con el hombre y la naturaleza afectivamente, superar la separación y la enajenación - llegar a la experiencia de unidad con todo lo que existe - y, sin embargo,

*experimentarse al mismo tiempo como el ente separado que Yo soy, como el in-dividuo. **El bienestar significa nacer plenamente, convertirse en lo que se es potencialmente;** significa tener la plena capacidad de la alegría y la tristeza o, para expresarlo de otra manera, despertar del sueño a medias en que vive el hombre medio y estar plenamente despierto. Si es todo eso, significa también ser creador; es decir, reaccionar y responder a sí mismo, a los otros - a todo lo que existe - reaccionar y responder como el hombre real, total, que soy a la realidad de todos y de todo tal como es. En este acto de verdadera respuesta está el área de capacidad creadora, de ver al mundo creado y transformado por mi comprensión creadora, de modo que el mundo deje de ser un mundo extraño “allí” y se convierta en mi mundo. El bienestar significa, por último, desprenderse del propio Ego, renunciar a la avaricia, dejar de perseguir la preservación y el engrandecimiento del Ego, ser y experimentarse en el acto de ser, no en el de tener, conservar, codiciar, usar.” (5).*

Pero las religiones no tienen el mismo contenido. Algunas buscan la regresión a formas prehumanas, al totem, etc. Fromm se detiene en las religiones surgidas aproximadamente hacia el año 2000 A. de C. “ *El Taoísmo y el budismo, en el Lejano Oriente, Las revoluciones religiosas de Eknatón en Egipto, la religión de Zoroastro en Persia, la*

religión de Moises en Palestina, la religión de Quetzalcoatl en México” (6).

Señala Fromm :

“ La unidad se busca en todas estas religiones, no la unidad regresiva que se encuentra volviendo a lo pre-individual, a la armonía preconsciente del paraíso, sino la unidad en un nuevo nivel: esa unidad que sólo puede lograrse después de que el hombre ha experimentado su separación, después de que ha atravesado la etapa de la enajenación de sí mismo y del mundo y ha nacido plenamente. Esta nueva unidad tiene como premisa el pleno desarrollo de la razón del hombre, que conduce a una etapa en que la razón ya no separa al hombre de su captación inmediata, intuitiva de la realidad. Hay muchos símbolos de la nueva meta que está en el futuro, no en el pasado: Tao, Nirvana, Iluminación, el Bien, Dios.” (7).

No es este el momento de entrar a polemizar con Fromm sobre algunas de estas afirmaciones; las transcribo como premisas que son de su pensamiento y de su aproximación al Zen.

Veámoslo más cercano a la relación que debemos establecer :

“ Lo común al pensamiento judeo-cristiano y al budista zen es la conciencia de que debo

*renunciar a mi “voluntad” (en el sentido de mi deseo de forzar, dirigir, estrangular al mundo fuera de mí y dentro de mí) para estar completamente abierto, capaz de responder, despierto, vivo. En la terminología zen esto se llama con frecuencia “**vaciarse a uno mismo**”, lo que no tiene un sentido negativo, sino que significa la apertura para recibir. La terminología cristiana llama a esto por lo común “**matarse a uno mismo y aceptar la voluntad de Dios**”. Parece haber pocas diferencias entre la experiencia cristiana y la experiencia budista que están detrás de las dos formulaciones diferentes. Sin embargo, por lo que se refiere a la interpretación y la experiencia populares, esta formulación significa que en vez de tomar las decisiones por sí mismo, el hombre deja sus decisiones a un padre omnisciente, que vela por él y sabe lo que es bueno para él. Es evidente que en esta experiencia el hombre no se abre ni se vuelve capaz de responder, sino que se hace obediente y sumiso. Seguir la voluntad de Dios en el sentido de la verdadera renuncia al egoísmo puede lograrse mejor si no hay concepto de Dios. Paradójicamente, sigo efectivamente la voluntad de Dios si me olvido de El. El concepto de vacío del zen implica el verdadero significado de renunciar a la propia voluntad, sin peligro, sin embargo, de regresar al concepto idolátrico de un padre que ayuda.” (8).*

Sobre el método propuesto por el psicoanálisis humanista, debemos señalar que su elemento más característico es *“volver consciente lo inconsciente”* (9). Y como aclaramos al principio, aquí se emplean estos términos *“ como estados de conocimiento”*, y sin privilegiar la consciencia sobre la inconsciencia, sobre todo teniendo en cuenta *“que la mayor parte de lo que hay en muestra conciencia es **“conciencia falsa”**, y que es la sociedad la que nos llena de estas nociones ficticias e irreales “*(10).

Y como subraya Fromm : *“el efecto de la sociedad no es solo infundir ficciones a nuestra conciencia sino además, impedir la conciencia de la realidad”*(11).

Es claro que toda sociedad, por su propia práctica de vida y su modo de relacionarse, sentir y percibir, desarrolla un sistema de categorías que determina las formas de conciencia. *“ Este sistema funciona como si dijéramos, como un **filtro socialmente condicionado**; la experiencia no puede entrar a la conciencia sino pasa por ese filtro”* (12).

Veamos la siguiente observación de Fromm:

“ ... debemos considerar que muchas experiencias no se prestan fácilmente a ser percibidas por la conciencia. El dolor es quizás la experiencia física que se presta mejor a ser

conscientemente percibida; el deseo sexual, el hambre, etc., son también fácilmente percibidos, obviamente, todas las sensaciones importantes para la supervivencia del individuo o del grupo tienen fácil acceso a la conciencia. Pero cuando se llega a una experiencia más sutil o compleja, como contemplar el capullo de una rosa al amanecer, una gota de rocío en él, cuando el aire es todavía frío, el sol sale y un pájaro canta, ésta es una experiencia que en algunas culturas se presta fácilmente a la conciencia (por ejemplo, en Japón), mientras que en la cultura occidental moderna esta misma experiencia no entrará por lo común a la conciencia por no ser suficientemente “importante” o “significativa” para ser advertida. El hecho de que las experiencias afectivas sutiles puedan entrar en la conciencia depende del grado en que tales experiencias efectivas para las que no tiene palabras determinado lenguaje, mientras que otro lenguaje puede ser rico en palabras que expresan estos sentimientos.” (13).

Como subraya este autor los distintos lenguajes difieren no solo por el hecho que varían en diversidad de palabras que usan para denotar ciertas experiencias afectivas, sino por su sintaxis, su gramática y el significado original de las palabras.

El lenguaje determina cómo experimentamos y qué experiencia penetra a nuestra conciencia.

La sociedad impone el lenguaje, su lógica y los contenidos aceptables y reprochables.

La conciencia y la inconciencia están socialmente condicionadas. “ *las experiencias que no pueden filtrarse permanecen fuera de la conciencia; es decir, permanecen inconscientes*” (14).

Cuanto mayor es el conflicto entre los fines sociales y los fines humanos, más se desgarran el individuo. Cuánto más se aproxime la sociedad a la norma de vida humana menos conflicto habrá.

El individuo no puede permitirse tener conciencia de pensamientos o sentimientos incompatibles con los patrones de su cultura, y, por ello, se ve obligado a reprimirlos.

Veamos la generalización que hace :

“ ... el hombre, en cualquier cultura, tiene todas las posibilidades; es el hombre arcaico, la bestia de presa, el caníbal, el idólatra y es el ser con la capacidad para la razón, el amor, la justicia. El contenido del inconsciente, entonces, no es ni el bien ni el mal, lo racional ni lo irracional; es ambos; es todo lo humano. El inconsciente es el hombre total - menos esa parte del hombre que corresponde a su sociedad. La conciencia

*representa al hombre social, las limitaciones accidentales establecidas por la situación histórica en la que cae un individuo. **El inconsciente representa al hombre universal, al hombre total, arraigado en el Cosmos; representa la planta que hay en él, el animal que hay en él, el espíritu que hay en él;** representa su pasado hasta el día en que el hombre llegue a ser plenamente humano y la naturaleza se humanice lo mismo que el hombre se “naturalice”.*” (15).

Recordemos que según el concepto Freudiano, hacer consciente el inconsciente tenía una función limitada, ya que el inconsciente se suponía, consistía “ *de los deseos reprimidos, instintivos, en tanto que son incompatibles con la vida civilizada*” (*ibidem*). Se refería a los impulsos incestuosos, el miedo a la castración, etc.

Fromm va más allá, busca la realización de la experiencia del humanismo. Hacer consciente el inconsciente es propender por la experiencia viva de la universalidad del hombre.

Todo esto se relaciona con las observaciones Freudianas sobre la interferencia y distorsión que ejerce la represión, y cómo la supresión de la represión conduce a una nueva apreciación de la realidad.

“ Lo que Freud descubrió es que vemos la realidad deformada ”(16).

Cuando el paciente entra en contacto con el inconsciente puede superar las distorsiones producidas por el mismo y ver la persona del analista, así como la de su padre o su madre, tal como son (17).

Aquí es donde Erich Fromm, tomando como él dice, la influencia entorpecedora de la sociedad, llega a la conclusión que la persona media, aunque piensa que esta despierta, está, en realidad, medio dormida, y que lo que considera realidad (fuera o dentro de sí misma) es una serie de ficciones.

Propone este autor diferenciar entre aquello de lo que es consciente una persona y aquello de lo que se vuelve consciente “ *Es consciente principalmente de ficciones; puede volverse consciente de las realidades que estan por debajo de esas ficciones*” (18).

Fromm no vacila en señalar y en eso esta más cercano a Jung que a Freud, que el inconsciente representa la riqueza y la profundidad del hombre universal.

Dice :

“ Ampliar la conciencia significa despertarse, quitar un velo, abandonar la caverna, hacer luz en la oscuridad” (19).

El proceso de descubrir el inconsciente lo describe como una serie de experiencias que son sentidas profundamente y que trascienden el conocimiento teórico, intelectual.

Aquí es decisiva su observación sobre la relación paciente analista, para anotar que ésta debe ser realista y libre de todo sentimiento, *“puede actuar como guía - o como partera -, puede mostrar el camino, quitar obstáculos y algunas veces prestar alguna ayuda directa, pero nunca puede hacer por el paciente, lo que el paciente puede hacer por sí mismo” (20).*

* * *

1.2. El Zen : La Captación de la Relación de Mí Mismo con el Universo.

La relación con el Budismo Zen es la adquisición de la iluminación. Definido este fin, en las palabras de Suzuki, explicativas del Zen : *“...El Zen es en esencia, el arte de ver dentro de la naturaleza del propio ser y señala el camino de la servidumbre a la libertad... podemos decir que el Zen libera todas las*

energías acumuladas propia y naturalmente en cada uno de nosotros, que en circunstancias ordinarias son constreñidas y deformadas de modo que no encuentran un canal adecuado para su actividad... El objeto del Zen es, por tanto, salvarnos de la locura o la parálisis.

A esto me refiero cuando hablo de libertad, de dar libre juego a todos los impulsos creadores y benevolentes, que yacen en nuestro corazón. Por lo general estamos ciegos ante este hecho : que estamos en posesión de todas las facultades necesarias para ser felices y que nos harán amarnos unos a otros.”(21).

El fin último del Zen es la experiencia de la iluminación llamada Satori. Es un estado de ánimo apacible, que interpretado psicológicamente por Fromm, lo describe como “ .. un estado en que la persona está completamente sintonizada con la realidad fuera y dentro de ella misma, un estado en que esta plenamente consciente de ella y la percibe con plenitud. La persona está consciente de esa realidad - es decir, no su cerebro, ni ninguna otra parte de su organismo, sino él, el hombre total. Tiene conciencia de ella; no como un objeto allí afuera que capta con su pensamiento, sino como de eso, de la flor, el perro, el hombre en su plena realidad ” (22).

Dice Fromm : “ *El que despierta se abre y responde al mundo y puede estar abierto y*

responder porque ha renunciado a aferrarse a sí mismo como una cosa y así se ha quedado vacío y, dispuesto a recibir. Estar iluminado significa “ el pleno despertar de la personalidad total a la realidad” (23).

El conocimiento del yo, en el **Zen**, es un conocimiento no intelectual. El Zen parte de la premisa que la respuesta última a la vida no puede darse en el pensamiento; en el Zen no se niega a Dios ni se insiste en él.

En el Zen el maestro no es un maestro en el sentido occidental, se limita a comunicar su existencia y el discípulo debe captar la realidad por sí mismo. La actitud del maestro Zen es desorientadora para el observador occidental.

Veamos 2 ejemplos de los que se sirve E. Fromm :

“ Uno es la historia de la conversación de un maestro con un monje :

“¿Haces alguna vez un esfuerzo por disciplinarte en la verdad?”

“Sí.”

“¿Cómo te ejercitas?”

“Cuando tengo hambre como; cuando estoy cansado duermo.”

“Es lo que todo el mundo hace; ¿puede decirse que ellos se ejercitan de la misma manera que tú?”

“No.”

“¿por qué?”

“Porque cuando comen no comen, sino que piensan en otras muchas cosas, distrayéndose; cuando duermen no duermen, sino que sueñan mil cosas. Por eso no se parecen a mí”.” (24).

La otra declaración igualmente reveladora, es la de un maestro Zen que decía :

“Antes de la iluminación, los ríos eran ríos y las montañas eran montañas. Cuando empecé a experimentar la iluminación, los ríos dejaron de ser ríos y las montañas dejaron de ser montañas. Ahora desde que estoy iluminado, los ríos vuelven a ser ríos y las montañas son montañas”.” (25).

Por eso Fromm presenta al maestro Zen como caracterizado, al mismo tiempo, por la absoluta falta de autoridad racional y por la afirmación, igualmente vigorosa de esa autoridad que nada demanda y cuya fuente es la experiencia auténtica.

Siendo el psicoanálisis Humanista de Fromm y el Budismo Zen, expresiones de origen tan diferente, tiene sin embargo algunos aspectos comunes. Fromm señala la aspiración de la visión de la propia

naturaleza, realización de la libertad, la felicidad, el amor, liberación de la energía, salvación de la locura o la parálisis.

La siquiatria se pregunta porqué algunas personas se vuelven locas, pero Fromm, plantea el problema real ¿ por qué la mayoría de las personas no se vuelve loca ?

En sus observaciones este autor señala que la mayoría evita ese resultado mediante mecanismo compensatorio como la rutina dominante de la vida, conformidad con el rebaño, búsqueda de poder, prestigio, dinero, dependencia de los ídolos, masoquismo, etc.

La solución fundamental “ .. *que realmente supera la locura potencial es la respuesta plena, productiva al mundo que, en su forma más elevada es la iluminación* ”.

El Sicoanálisis Humanista de Fromm, y el Busismo Zen, igualmente comparten la superación de la codicia, la independencia frente a cualquier tipo de autoridad, aunque la transferencia y la dependencia del paciente respecto del analista, crean una dificultad adicional “ ..*pero la finalidad del sicoanálisis es entender y eventualmente disolver este lazo y, en vez de ello, llevar al paciente a un punto en que adquiera plena libertad frente al analista, porque ha*

experimentado en sí mismo lo que era inconsciente y lo reintegra a su conciencia” (26). Lo cierto es que hay claridad tanto en el analista como en el maestro Zen en que nadie salva el alma de nadie y que dependemos finalmente de nosotros mismos. **Herrigel** ilustra esta situación recordándonos las enseñanzas del maestro Zen sobre el Arte de la Arquería; le enseña al discípulo pero no adquiere autoridad sobre él.

Freud propuso distancia con el paciente, una actitud impersonal, que denominó de espejo; otros sicoanalistas como Ferenczi, Sullivan y el propio E. Fromm, privilegian la relación entre el paciente y el analista para la comprensión, aunque libre de sentimentalismo e interferencias en la vida del paciente.

A este respecto al proceder el maestro Zen a través de las aporías y encrucijadas propias del **“Koan”**, hace imposible que el discípulo busque refugio en el pensamiento intelectual.

Fromm considera que la mayor afinidad está en el punto principal del Zen, **en la iluminación.**

El sicoanálisis igualmente tiene su punto principal que es *“ la superacion de la*

represión, la transformación del inconsciente en consciente” (27).

Cobrar conciencia, nos dice Fromm, significa superar la represión y la enajenación de sí mismo; significa despertar, descartar las ilusiones, las ficciones, las mentiras, ver la realidad tal como es; es la revolución interior del hombre.

La finalidad del Zen es la iluminación: la percepción inmediata, la captación de la relación de mí mismo con el universo. Más allá de las formulaciones de Freud, Fromm, supera la limitante instintiva tendiente a curar los síntomas, para darle al psicoanálisis la tarea de la búsqueda de la experiencia del hombre total, la superación de la contaminación afectiva y la cerebración *“significa la des-represión, la abolición de la separación dentro de mí mismo entre el hombre universal y el hombre social; significa la desaparición de la polaridad de conciencia frente al inconsciente; significa llegar al estado de percepción inmediata de la realidad, sin distorsión, su inteligencia de la reflexión intelectual; significa superar el deseo de aferrarse al ego, de adorarlo, significa renunciar a la ilusión de un ego, separado indestructible, que debe ampliarse, preservarse, como los faraones egipcios esperaban conservarse como momias para toda la eternidad. Ser conscientes*

del inconsciente significa estar abiertos, responder, no tener nada y ser ” (28).

Por todo esto Fromm señala que la recuperación del inconsciente es obviamente más radical que el fin sicoanalítico. Es la búsqueda de un “ ***arte de vivir*** ”, como igualmente lo propone la ética budista y como ella el humanismo.

“El hombre mientras no ha alcanzado la relación creadora, cuya realización más plena es el satori, compensa en el mejor de los casos la depresión potencial inherente con la rutina, la destructividad, la codicia de la propiedad o la fama, etc. Cuando cualquiera de estas compensaciones se rompen, se amenaza su salud mental. La cura de la locura potencial está solo en el cambio de actitud de la separación y la enajenación ala percepción creadora,inmediata, del mundo y la respuesta a él.” (29).

En cuanto al método el Sicoanálisis y el Zen presentan sus diferencias. El Budismo procede mediante el Koan, y el sicoanálisis adiestra a la conciencia para percibir el inconsciente. En cuanto que métodos ninguno garantiza la llegada a la meta. Lo cierto es que el sicoanálisis se ve beneficiado del acento del zen para percibir la realidad; y por su parte el estudioso del zen podría encontrar elementos clarificadores, en el sicoanálisis,

pues como concluye Fromm “ .. *El hombre y la existencia son categorías universales y que la captación inmediata de la realidad, el despertar y la iluminación son experiencias universales*” (30).

2. EL BUDISMO ZEN

2.1. La Nazuna Florece Junto al Seto.

Para el Budismo Zen, el término ***inconsciente*** tiene otra significación.

Veamos la siguiente descripción que hace D. T. Suzuki ;

“ Las ciencias se refieren a abstracciones y no hay actividad en ellas. El zen se sumerge en la fuente de la creatividad y bebe toda la vida que hay en ella. Esta fuente es el Inconsciente del zen. La flor, sin embargo, es inconsciente de sí misma. Soy yo quien la despierto del inconsciente. Tennyson no la capta cuando la arranca de la pared agrietada. Basho la percibe cuando mira la nazuna que florece tímidamente junto al seto silvestre. No puedo determinar dónde está*

precisamente el inconsciente. ¿Está en mí? ¿O está en la flor? Quizá cuando pregunto “¿Dónde?” no está en ninguna parte. Si es así, déjenme estar en él y no decir nada.

*Recordemos que Suzuki alude al siguiente verso de **Basho** :

*Cuando miro con cuidado
veo florecer la nazuna
junto al seto.*

*Mientras que el científico mata, el artista trata de recrear. Sabe que la realidad no puede ser alcanzada mediante la disección. Por eso utiliza una tela y un pincel y trata de crear a partir de su inconsciente. **Cuando este inconsciente se identifica sincera y auténticamente con el Inconsciente Cósmico, las creaciones del artista son auténticas. Ha creado realmente algo; su obra no es copia de nada; existe por derecho propio. Pinta una flor que, si florece de su inconsciente, es una nueva flor no una imitación de la naturaleza.**” (31).*

En este aparte de Suzuki, que a continuación transcribo, el maestro nos aclara el sentimiento que surge de ese campo de la naturaleza que escapa a las categorías lógico-científicas :

“El inconsciente es algo que debe sentirse, no en el sentido ordinario, sino en lo que yo llamaría el sentido más primario o fundamental. Esto puede requerir una explicación. Cuando decimos: “Siento la mesa dura”, o “Siento frío”, este tipo

*(continuación)

Y a este de **Tennyson** :

*Flor en el muro agrietado,
te arranco de las grietas;
- te tomo, con todo y raíces en mis manos,
florecilla - pero si pudiera, entender
lo que eres, con todo y tus raíces, y todo en todo
sabría qué es Dios y qué es el hombre.*

*de sensación pertenece al dominio de los sentidos, y puede distinguirse de sentidos tales como el del oído o la vista. Cuando decimos: “Me siento solo” o “Me siento exaltado”, esto es más general, más totalizador, más interior, pero pertenece aún al campo de la conciencia relativa. Pero el sentimiento del inconsciente es mucho más básico, más primario, y señala la edad de la “Inocencia”, cuando todavía no se ha producido el despertar de la conciencia de la llamada Naturaleza caótica. La naturaleza, sin embargo, no es caótica porque nada caótico puede existir por sí mismo. Es simplemente un concepto dado al campo que se niega a ser medido por las reglas ordinarias del raciocinio. La naturaleza es caótica en el sentido de que es una reserva de posibilidades infinitas. La conciencia que surge de este caos es algo superficial, que sólo toca el margen de la realidad. **Nuestra conciencia no es sino una insignificante isla que flota en el Océano que rodea a la Tierra.** Pero, a través de este pequeño fragmento de tierra podemos contemplar la inmensa extensión del inconsciente mismo; la sensación de esto es todo lo que*

podemos tener, pero este sentimiento no es algo pequeño, pues por él podemos lograr que nuestra existencia fragmentaria adquiera su pleno significado y así podemos tener la seguridad de que no vivimos en vano. La ciencia, por definición, nunca puede darnos la sensación de plena seguridad y falta de miedo que es el resultado de nuestra sensación del inconsciente.”(32).

Así responde D. T. Suzuki, a la pregunta que se hace sobre el sentido de la vida, y a los datos estadísticos sobre neurosis provenientes de esta ansiedad existencial. *“Pero el hombre dedicado al zen puede decirles que todos han olvidado que nacieron artistas, artistas creadores de vida y que tan pronto como comprenden este hecho y esta verdad se curarán de neurosis o sicosis o como quiera que le llamen a ese trastorno” (33).*

La alternativa esta en ser una artista de la vida. ¿ Y qué significa ser un artista de la vida ?

Veámos lo que nos dice Suzuki :

“ Los artistas de cualquier tipo, hasta donde sabemos, tienen que usar uno u otro instrumento para expresarse, para mostrar su capacidad creadora en una u otra forma. El escultor tiene que tener piedra, madera o yeso y un cincel o algún otro instrumento para imprimir sus ideas

sobre el material. Pero un artista de la vida no necesita salirse de sí mismo. Todo el material, todos los implementos, toda la capacidad técnica que se requieren ordinariamente están dentro de él desde que nace, quizá aun antes de que sus padres le dieran la vida. Esto es extraño, extraordinario, exclamarán quizá ustedes. Pero si piensan por un tiempo en ello comprenderán, sin duda, lo que quiero decir. Si no, seré más explícito y les diré: el cuerpo, el cuerpo físico que todos tenemos, es el material, que corresponde a la tela del pintor, la madera, la piedra o el yeso del escultor, el violín o la flauta del músico, las cuerdas vocales del cantante. Y todo lo que se relaciona con el cuerpo, como las manos, los pies, el tronco del cuerpo, la cabeza, las vísceras, los nervios, las células, los pensamientos, los sentimientos, los sentidos - de hecho, todo lo que constituye la personalidad - es a la vez el material y los instrumentos con que la persona moldea su genio creador en la conducta, la actitud y todas las formas de acción, en la vida misma en una palabra. Para una persona así, su vida refleja cada una de las imágenes que crea a partir de su fuente inextinguible del inconsciente.” (34).

* * *

2.2. Del Inconsciente a la Iluminación.

Suzuki propone llamar al inconsciente **inconsciente cósmico**, ya que el campo relativo de la conciencia se desvanece en lo desconocido y este desconocido, una vez conocido, entra en la conciencia ordinaria y pone en orden todas las complejidades que nos han venido atormentando en mayor o en menor grado.

“ Podemos afirmar, así, que nuestra limitada conciencia, en tanto que conocemos su limitación, nos conduce a todo tipo de preocupaciones, miedo, inestabilidad. Pero tan pronto como se descubre que nuestra conciencia surge de algo que, aunque no conocido de la manera que lo son las cosas relativas, está íntimamente relacionado con nosotros, se alivia todo tipo de tensión y quedamos en paz con nosotros mismos y con el mundo en general. ¿No podemos llamar a este desconocido el Inconsciente Cósmico o la fuente de infinita capacidad creadora por la que no sólo los artistas de todo tipo nutren sus inspiraciones, sino aun nosotros, los seres ordinarios, podemos cada uno de acuerdo con sus dotes naturales, convertir la vida en algo de auténtico arte?” (35).

Este término “*inconsciente*” tiene un valor semántico referido al Budismo y otro tratándose del psicoanálisis, sin embargo los autores se han esforzado por emplearlos en

los dos campos buscando valores conmutables; lo mismo sucede con “*hacer claridad*”, “*tomar consciencia*”, “*iluminación*” y “*satori*”.

En la introducción que hace Jhon White, a su libro “*¿Qué es la Iluminación?*” en el que compendia artículos de Watts, Huxley, Bucke y otros, nos dice: “*sabios de todas las religiones más importantes y de las tradiciones sagradas, todas las filosofías herméticas, todas las instituciones que estudian el misterio y el ocultismo más elevado están de acuerdo sobre el particular. Para todos ellos la iluminación es la esencia de la verdad. Aún más, es la esencia de la vida, la meta de toda plenitud, del desarrollo, de la evolución. Se trata de descubrir lo que realmente somos, la respuesta a las preguntas: ¿Quién soy? ¿Por qué estoy aquí? ¿A dónde voy? ¿Qué es la vida?*”.

Anota White: “*Paradójicamente la respuesta que buscamos no es otra que lo que ya somos en esencia, ser, la última totalidad, que es la fuente y el fundamento de llegar a ser. La iluminación significa darse cuenta de la verdad de ser. Nuestra condición original, nuestro verdadero sí mismo, es ser, llamado tradicionalmente Dios, la Persona Cósmica, el Ser Supremo, el Uno en todo. (Por cierto algunos maestros iluminados - Buda era uno de ellos - prefirieron evitar los términos teístas a fin de poder comunicarse*

mejor. Trataron de evitar el condicionamiento cultural que conlleva el lenguaje y bloquea el entendimiento.

Somos manifestaciones del Ser, pero al igual que el Cosmos, también estamos sujetos al proceso de llegar a ser, estamos en constante transformación, crecimiento y evolución (...) por lo tanto, no solo somos seres humanos, sino que estamos en el camino de serlo..” (36).

Como el mismo White lo señala, se han dado muchos nombres a la iluminación. Buda significa “*El Iluminado*”; Cristo y el Mesías tienen el mismo significado. San Pablo lo llamó “*La Paz de Dios que trasciende el conocimiento*”; Richard Maurice Bucke la denominó, también “*Conciencia Cósmica*”. El Budismo Zen le dió el nombre de “*Satori*”, el el yoga se le llama “*Samadhi*”, los sufíes hablan de “*Fana*” y en el Taoísmo de “*Wu*” o el Tao fundamental; Sri Aurobindo habló de “*La Supermente*”, las instituciones del misterio y del ocultismo la llaman “*Iluminación, liberación y experiencia mística*”.

En cuanto a los símbolos de la iluminación, son muchos y variados: está la Flor de Loto de mil pétalos del Hinduismo, el Santo Grial del Cristianismo, el Espejo Transparente del Budismo, la Estrella de David del Judaísmo, el Yin - Yang del Taoísmo, la Cima de la

Montaña, el Cisne, el Lago Tranquilo, la Rosa Mística, la Llama Eterna. (37).

Lo inconsciente en el sentido zen es lo misterioso, lo desconocido; pero la conciencia esta en constante comunión con el inconsciente y da cabida a la intuición, a la telepatía y a una serie de manifestaciones que se denominan generalmente parasicológicas. Por eso para entender el zen no se puede permanecer exclusivamente **científico**...

Veamos el concepto del yo, en el Budismo Zen; para ello volvamos a un par de anécdotas de Joshu Jushin (778-897).

Un día le preguntó un monje : *“¿Qué es mi Yo?” Dijo Joshu: “¿Has terminado la colación así, lava tu taza.” El comer es un acto, el lavar es un acto, pero lo que se quiere en el zen es el actor mismo, es el que come y lava el que ejecuta los actos de comer y lavar; y a no ser que la persona sea captada existencial o experimentalmente, no puede hablarse del actuar. ¿Quién tiene conciencia del actuar? ¿y quién te comunica este hecho de la conciencia? ¿y quién eres tú que dices todo esto no sólo a ti mismo sino a todos los demás? “Yo”, “tú”, “ella” o “ello”, son pronombres que representan algo que está detrás. ¿Quién es este algo?*

Otro monje le pregunto a Joshu : “Qué es mi Yo?” Dijo Joshu: “Ves el ciprés en el patio?” No es el acto de ver sino el que ve a quien quiere captar el maestro Joshu. Si el Yo es el eje de la espiral y nunca se objetiva ni actualiza sigue allí y el zen nos dice que debemos captarlo con las manos desnudas y mostrar al maestro lo que es inapresable, inobjetivable o inalcanzable (en japonés, fukatoku; en chino, pu-ko-te; en sánscrito, anupalabdha). Aquí está, como podemos advertir, la discrepancia entre la ciencia y el zen. El zen, sin embargo, debemos recordarlo, no tiene ninguna objeción al enfoque científico de la realidad; el zen sólo pretende decir a los científicos que el suyo no es el único método sino que existe otro que, según el zen, es más directo, más interior y más real y personal, método que los científicos pueden llamar subjetivo pero que no lo es de la manera en que ellos lo designarían o definirían.” (38).

Suzuki utiliza los términos persona, individuo, yo, y ego, como sinónimos. La experiencia del yo, desde el punto de vista zen, conlleva sentimiento de autonomía, libertad, autodeterminación y capacidad creadora. Y afirma : “ *La ciencia o lógica es objetiva y centrífuga mientras que el zen es subjetivo y centripeto*” (39).

Aunque el término **Koan**, viene del chino kung-an, que significa documento, se ha generalizado como una especie de

problema que el maestro formula a los alumnos para que lo resuelvan. Es la forma de propiciar el despertar, y podría considerarse que es generalmente dialéctica, pero con frecuencia asume una forma aparentemente absurda.

Escuchemos estos dos ejemplos :

“Al preguntar un discípulo: ¿Quién es el que está solo, sin un compañero entre las diez mil cosas?” El maestro respondió: “ Cuando te tragues de una sola vez el Río del Oeste te lo diré.” “Imposible” será nuestra reacción inmediata. Pero la historia nos dice que esta observación del maestro abrió lo que podríamos llamar la cámara oscura de la conciencia del interrogador.

Fue el mismo maestro que pateó en el pecho a un monje cuyo delito fue preguntar : “¿Cuál es el sentido del Bodhidharma que viene a China del Oeste?”, lo que equivale a decir: se levantó y una vez recuperado, declaró audazmente, aunque riéndose de todo corazón: “¿Qué extraño que toda forma posible de samadhi que exista en el mundo esté en la punta de un pelo y que yo haya dominado su significado secreto hasta su más profunda raíz!” ¿Qué posible relación podría existir entre la patada del maestro y la atrevida declaración del monje? Esto jamás podría entenderse en el plano de la intelección. Por absurdo que pueda ser todo esto, es sólo nuestro

hábito de conceptualización el que nos impide enfrentarnos a la realidad última tal como se muestra desnuda en sí misma. Lo “absurdo” tiene en realidad mucho significado y nos hace levantar el velo que existe mientras permanezcamos de este lado de la relatividad.” (40).

Esta iluminación da equilibrio y tranquilidad. Es una estación en el camino Zen. El entendimiento puede formular todo tipo de preguntas, pero la respuesta definitiva no está en la naturaleza de la intelección y esto es lo que quiebra el aparente absurdo de la respuesta del maestro zen, golpeando la facilidad de la esperanza cognoscitiva en detrimento de una realidad que solo se capta renunciando a ella.

Dice Suzuki : “..lo que rechazo es considerar al entendimiento como la realidad última” (41).

Nos aclara que los siguientes ejemplos ilustran lo que nos quiere decir :

“ Se dice que Yeno, el Sexto Patriarca, pidió a su interrogador: “Enséñame la cara original que tuviste antes de nacer.” Nangaku Yejo, uno de los discípulos de Yeno, le preguntó a uno que deseaba ser iluminado: “¿Quién es el que así se acerca a mí?” Uno de los maestros de la época Sung quería saber: “¿Dónde nos encontramos después de muertos, después de ser cremados y

*de que todas las cenizas se dispersan?” Hakuin, un gran maestro zen del japon moderno, levantaba una de sus manos ante sus seguidores, diciendo: “Déjenme oír el sonido de una mano palmoteando,” Hay en el zen muchas exigencias imposibles como ésta: “Utiliza tu espada que tienes en las manos vacías.” “Camina mientras cabalgas sobre un burro.” “Habla sin usar la lengua.” “Toca el laúd sin cuerdas.” “Detén este diluvio.” Estas paradójicas proposiciones llevarán sin duda a nuestro entendimiento al más alto grado de tensión, haciendo que por último las caracterice a todas como absolutamente absurdas y no merecedoras de gastar en ellas las energías mentales. Pero nadie negará la racionalidad de la siguiente pregunta que ha confundido a filósofos, poetas y pensadores de todas las tendencias desde el despertar de la conciencia humana. “¿De dónde venimos y hacia dónde vamos?” **Todas estas preguntas o formulaciones “imposibles” planteadas por los maestros zen no son más que variedades “ilógicas” de la más “racional” de las preguntas que acabaos de citar.**” (42).*

La intelección, la moralización o la conceptualización son necesarias, solo para comprender sus propias limitaciones. El ejercicio del Koan nos lo descubre. La experiencia de Buda tiene que ver con esta renuncia cognoscitiva, y la aceptación del fluir de las cosas.

Cuando el maestro zen dice que uno debe proseguir el kafú sobre el Koan con las partes abdominales, no se refiere a otro acto que no sea el intento de establecer esta relación con éxito.

Como lo expone este maestro el procedimiento consiste en no hacer del Koan un objeto de intelección, que mantiene siempre alejado al objeto, sino que agarremos al Koan con las manos, con el abdómen, que nos identifiquemos con él, de la manera más completa “.. *de modo que cuando como o bebo no soy yo sino el Koan el que come o bebe. Al llegar a esto el Koan se resuelve sin que yo haga ninguna otra cosa.*” (43).

Así el conocimiento (intuitivo) puede llevarnos a sentir el mundo en una experiencia totalizadora identificándose con el infinito. El maestro por eso no acepta la dependencia del discípulo, y éste debe buscar la realidad por sí mismo y no en la respuesta del maestro, la que surgirá del inconciente del discípulo.

El Taoismo (Lao Tze) enseña, como el Budismo, la irrealidad del universo.

* * *

2.3. La Versión de Borges.

A riesgo de parecer repetitivo deseo citar a Borges a propósito del Budismo Zen, pues es interesante su aproximación tanto al Koan, como al Satori...

“Según se sabe, la fe del Buddha tuvo su raíz en el Nepal y emigró después a la Indochina y a la China por obra de diversos misioneros, de los cuales el más famoso fue Bodhidharma, el Primer Patriarca, a principios del siglo VI de nuestra era. Se cuenta que Shen-Kuan, discípulo y sucesor del Patriarca, no comprendió al principio su doctrina, cuya revelación le era negada por éste. Para probar la sinceridad de su fe, Shen-Kuan se cortó el brazo izquierdo; Bodhidharma, interrumpiendo su silencio de muchos años, le preguntó qué deseaba. Shen-Kuan le respondió: “No hay tranquilidad en mi mente; hazme la merced de pacificarla”. Bodhidharma le dijo: “Muestrame tu mente y te daré paz”, a lo que constestó el discípulo: “Cuando busco mi mente no doy con ella”. “Bien, dijo Bodhidharma, “Ya estás en paz”. Shen-kuan, entonces, recibió una brusca iluminación: comprendió la Verdad.

*Esta anécdota, acaso la menos oscura de las que citaremos, sería el primer ejemplo de intuición instantánea que en el Japón se llama **satori**; equivale a lo que sentimos al percibir de golpe la respuesta a una adivinanza, la gracia de un chiste o la solución de un problema.*

*Una de las sectas chinas fue la de Ch'an (meditación), que pasó en el siglo VI al Japón, donde tomó el nombre de **Zen**.*

*Nuestros hábitos mentales obedecen a los conceptos de sujeto y de objeto, de causa y efecto, de lo probable y de lo improbable y a otros esquemas de orden lógico que nos parecen evidentes; la meditación, que puede exigir muchos años, nos libra de ellos y nos prepara para ese súbito relámpago: el **satori**.*

Desconfiar del lenguaje, de los sentidos, de la realidad del pasado propio o ajeno y aun de la existencia de Buddha, son algunas de las disciplinas que debe imponerse el adepto. En ciertos monasterios, las imágenes del Maestro se usan para alimentar el fuego; las escrituras sagradas se destinan a fines innobles. Todo esto puede recordarnos la sentencia bíblica: “La letra mata, pero el espíritu vivifica” (Cor 3-8).

*Para provocar el **satori**, el método más común es el empleo del **koan**, que consiste en una pregunta cuya respuesta no corresponde a las leyes lógicas.*

El ejemplo clásico se atribuye a varios maestros. A uno de ellos le preguntaron: “¿Qué es el Buddha?”; respondió: “Tres libras de lino”. Los comentaristas advierten que la contestación no es

simbólica. A otro le preguntaron: “¿Por qué vino del oeste el Primer Patriarca?”; la respuesta fue: “El ciprés en el huerto”.

El número de discípulos de Po-Chang fue tan considerable que tuvo que fundar otro monasterio. Para hallar quien lo dirigiera, los reunió a todos, les mostró un cántaro y les dijo: “Sin usar la palabra cántaro, díganme qué es”. El prior contestó: “No es un pedazo de madera”. El cocinero, que iba a la cocina, le dio un puntapié al cántaro y prosiguió. Po-Chang lo puso al frente del monasterio.

Acaso de mayor interés es la historia de Toyo, que al cumplir los doce años quiso recibir instrucción del maestro Mokurai. Este empieza por rechazarlo dada su corta edad; el niño insiste y Mokurai dice: “Puedes oír el sonido de dos manos que aplauden. Muéstrame ahora cómo aplaude una sola”. Toyo se retira a su cuarto y al meditar oye la vecina música de las geishas: “¡Ya entendí!”, proclamó. Al día siguiente, cuando el maestro lo interroga, Toyo entona la música de las geishas.

“No”, le dice el maestro. “ése no es el sonido de una mano”. Toyo busca un lugar más tranquilo y oye agua que gotea. “¡Ya entendí!”, piensa. Al día siguiente, imita ante Mokurai el sonido del agua; Mokurai le dice: “Eso se parece al sonido

del agua, pero no al aplauso de una mano. Prueba otra vez”.

Mokurai oye y rechaza el silbado del viento, el grito de la lechuza, el canto de los grillos y muchas otras cosas. Durante un año. Toyo medita sobre el sonido de una sola mano que aplaude. Al fin vuelve al maestro y le dice: “Me he cansado de escuchar y de repetir y he llegado al sonido sin sonido”. El maestro le responde: “Has acertado”.

*...Para inducir el **satori** algunos maestros sustituyen el **koan** por medios más violentos. Ante una pregunta del discípulo sobre el viaje de Bodhidharma, Ma-Tsu lo derriba de un puntapié. El neófito se ríe y exclama: “Innumerables son las verdades enseñadas por los Buddhas; ahora no hay una sola que no comprenda de un modo simultáneo”. Otros maestros recurrían al grito, la bofetada o a diversas formas de violencia física. Hay ejemplos más moderados. Te-Shan, antes de su revelación, había elegido como maestro a Ch’ung-Hsin. Se alojó en el monasterio; al anoecer, estaba sentado meditando cuando Ch’ung-Hsin le preguntó: “¿Por qué no entras?” Te-Shan respondió: “Está oscuro”. El maestro volvió con una vela encendida y cuando el discípulo iba a tomarla la apagó; Te-Shan intuyó inmediatamente la Verdad.” (44).*

* * *

2.4. La Práctica del Zen.

Volviendo a Suzuki, este nos habla de los 5 pasos en el adiestramiento del Zen :

Sho Chu Hen, 1: Lo uno es lo múltiple; Dios en el mundo; lo infinito en lo finito.

Hen Chu Sho, 2: Lo múltiple en lo uno.

Sho Chu Rai, 3: Desde el medio del **sho** como **hen** y hen como sho.

El que sale precisamente del medio de **sho** y **hen** en su identidad contradictoria.

Se ilustra con el símbolo chino de *Yin* y el *Yang*.

Ken Chu Shi, 4: *Rai* es porvenir y *shi* significa el proceso de llegar al destino; o moverse hacia la meta.

La abstracción lógica, lógos, sale ahora de su encierro y se encarna y se personaliza y entra en un mundo de complejidades; es el yo que es a la vez finito e infinito, transitorio y permanente, limitado y libre, absoluto y relativo.

Ken significa, *ambos*, y se refiere al dualismo de lo negro y lo blanco, lo oscuro y lo claro, el amor y el odio, el bien y el mal, que es la realidad del mundo en que el hombre dedicado al zen conduce ahora su vida.

El espíritu de trabajo esta hondamente arraigado en la mentalidad china y japonesa. Esto no esta de acuerdo con la idea occidental y su tecnificación capaz de ahorrar mucho tiempo al trabajo, ganado para perderlo o en diversiones y a quejarse de lo insatisfecha que esta de la vida o a aumentar su capacidad de autodestrucción.

Las *paramitas* o virtudes cardinales del bodhisattva son 6: Dana (caridad), Sila (preceptos, vida pacífica y armoniosa), Ksanti (humildad, paciencia, ecuanimidad) Virya (energía), Dhyana (meditación), Prajña (meditación, intuición totalizadora).

Ken Cho To, 5: Establecimiento en el Ken.

La diferencia entre este y el cuarto es el uso de *to* en vez de *shi*.

Shi y *to*, significan en realidad la misma acción, “llegar”, “alcanzar” pero de acuerdo con la interpretación tradicional. *shi* no ha completado todavía el acto de alcanzar, el viajero está todavía en el camino hacia la meta, mientras que *to* indica el acto pleno.

El hombre dedicado al Zen alcanza aquí su objeto, porque ha llegado a su destino. Trabaja tan esforzadamente como siempre; permanece en este mundo entre sus semejantes. Sus actividades diarias no varían; lo que se modifica es su subjetividad.

El zen propone buscar la iluminación por uno mismo y ayudar a otros a alcanzarla.

* * *

Finalmente Suzuki nos recuerda las oraciones Zen :

1. Por innumerables que sean todos los seres, ruego que todos se salven;
2. Por inexhaustibles que sean las pasiones, ruego que todas puedan ser suprimidas;
3. Por inconmensurablemente diferenciado que sea el Dharma, ruego que pueda ser estudiado por completo.

4. Por alto que pueda ser el camino de Buda, ruego que pueda ser absolutamente alcanzado.

Bien lo dice Suzuki, al terminar su conferencia: “ *El zen puede aparecer ocasionalmente demasiado enigmático, críptico y lleno de contradicciones, pero es después de todo una disciplina y enseñanza simples :*

Hacer el bien,
evitar el mal.
purificar el propio corazón :
este es el Camino de Buda ” (45).

El Budismo, como observa Kóppen, citado por Borges, no es dogmático ni especulativo; su doctrina es moral y práctica.

2.5. El Satori como Regresión Estructural del Ego.

Los sicoterapeutas se han interesado en el zen desde hace varias décadas. A este respecto baste recordar no solo los trabajos de Yung, y los de Fromm, sino también los de Herrigel Edwar W. Maupin, de Martino Schachtel, Fingarette y tantos otros.

Los estudiosos del zen han considerado que la experiencia del Satori es la médula central.

Es posible que la concepción de este término tenga diferentes sentidos según la cultura a que se pertenezca. Lo cierto es que con frecuencia hay curiosas interpretaciones occidentales que incluso desvirtúan opiniones de autorizados maestros japoneses.

Como lo afirma Maupin el Zen no hace distinciones entre los diferentes tipos de sicopatologías. *“En tanto que terapia parece destinado a gente madura que la alcanzado algún grado de autocontrol. Se considera que los problemas existenciales son provocados por la manera en que el adulto normal se experimenta a sí mismo y el mundo y por los términos en que se plantea el problema”* .(46).

Dentro de esta concepción, el *Satori* sería la respuesta. El individuo intuye la totalidad. Tratando de explicar el *Satori* los occidentales forzan distinciones como la de señalar el Satori **Instantáneo**, y el entrenamiento para mantener una experiencia **constante**, considerando que el relajamiento de la conciencia conceptual y el abandono a la intuición irreflexiva tiene

importantes efectos a los que uno puede responder.

El Satori es considerado “*un despertar de algo que ya se encontraba ahí, no el producto de una técnica particular*” (47).

No obstante respecto del entrenamiento para conseguirlo Maupin señala una adecuada posición corporal, relajada y cómoda, no supina ni que pueda provocar sueño. “*Por lo general los japoneses utilizan las posiciones de medio loto y loto completo con las piernas cruzadas. Los ojos se mantienen medioabiertos para evitar, una vez más, el sueño o el estupor*”.

Sobre puntos de concentración, Maupin se

Ü€ 5Ä e e Æ
 n ÿ¼ §k
 -
 ' ' ' '' '' '' d
 ¾ ¾ ¾ ¾
 ¾ ï @

laboratorio lo descomponen como un material cualquiera.

No se trata de negar el interés que pueda presentar el budismo para ser convertido en objeto de conocimiento, sino que señala esta óptica que de alguna manera desvirtua aquella forma de abordar la vida.

En estos fríos estudios se destaca como aspectos inherentes a la búsqueda del budismo zen, la aceptación, la atenuación de conflictos interiores, apertura de la rigidez de las formas lógicas. Así Fingerette lo relaciona con la sicoterapia cuando esta consigue la reorganización de la personalidad al enfrentarse con sus problemas subyacentes y al ganar una mayor introspección de ellos.

Podemos compartir algunas de sus conclusiones, pero lo vemos exagerando el método psicoanalítico cuando con otros autores occidentales extreman su reducción metodológica, a presentar **el sentimiento de Unidad**, como asociada al pecho materno y las fantasías orales(siguiendo a Freud en su interpretación del sentimiento oceánico). En este mismo sentido Bertram Lewin.

Lewin, según Maupin *“El niño bien alimentado y predurmiente aparentemente se siente fundido con y devorado por el pecho, y el sueño posterior*

tiene este significado. Esta es la matriz de la experiencia subjetiva de la que surgen ideas de sueño, muerte, nirvana inmortalidad, cielo y, sentimiento oceánico” (49).

Fingaretti concede que el sentimiento de unidad puede considerarse una fantasía de la unidad primaria pero que tiene lugar en el contexto de un ego altamente integrado y flexible. Agrega Maupin comentando a este autor que “ *...Se pueden mantener residuos aceptables de fantasía infantil, y gratificación instintiva parcial sin que la experiencia sea antirrealista* “ (50).

Todas estas sensaciones del sentimiento de unidad son objeto de análisis tratándose de la experiencia mística.

James señala varios casos de personas laicas.

El Dr. Bucke, médico canadiense (1923) reunió importante documentación al respecto. Su artículo “*Del sí mismo a la conciencia cósmica*”, es constantemente reeditado y comentado.

Se podrían identificar, como señala Maupin, dos líneas principales de explicación: ***La Sicoanalítica Clásica***, en términos de una fantasía de la unión primaria del niño con el

pecho materno; y ***Otra, la Regresión Estructural del Ego.***

Maupin afirma que éste último concuerda más con el pensamiento Zen, *“el cual define al Satori como una ruptura de un estado de conciencia (conceptualizante) hacia otro”* (51).

Y agrega : *“Desde un punto de vista estructural, la unidad y la indiferenciación pueden considerarse un modo característico de organización de un estado particular del ego. Sumamente consistentes en esto, los escritores Zen atribuyen la Unidad a un estado mental que ya no es conceptual : una conciencia de la realidad que ya no se encuentra entorpecida por los conceptos o las fantasías”*.

Más allá del reduccionismo metodológico se debe admitir la validez de las comparaciones. Evidentemente que la práctica del Budismo Zen y la búsqueda de la iluminación, disminuyen los conflictos que comprometen o inhiben la auto-conciencia y la angustia y sugieren que el satori promueve la adaptación.

No obstante conviene recordar la observación de Alan Watts : *“ ..una sorpresa planeada es algo tan contradictorio como un satori intencional. Quien apunta al satori se aparece a aquella persona que se envía a si misma un regalo de navidad por temor que los demás lo*

olviden...” (52). Y nos recuerda que el Zen se ha llamado a si mismo, “*El Camino del Despertar Instantáneo*”; que el pasado y el futuro son ilusiones, y el presente lo eternamente real.

2.6. EL CAMBIO DEL PARADIGMA

- La Orientación hacia la Simplicidad Voluntaria -.

Los occidentales siempre han admirado estas actitudes de desapego y búsqueda de la serenidad de los orientales, no solo en el Zen, sino en el **abhidhama**, la psicología budista clásica.

El modelo abhidhama, según lo expone Daniel Goleman, señala toda una gama de actitudes negativas y malsanas que se interponen en el camino de la evolución psicológica y propone el **Arahat** un hombre que encarna la esencia de la salud mental. *“..una enumeración parcial tomada de una lista tradicional incluye : 1) Ausencia de avidez de deseos sensoriales, ansiedad, resentimientos o temores de toda especie, de dogmatismos como la creencia que esto o lo otro es “La verdad”; aversión a situaciones de pérdida, desgracia, dolor o culpa; sentimientos de lejanía o cólera; vivencias de sufrimiento; necesidad de*

*aprobación, placer o elogio; deseo de nada para sí mismo, a no ser los artículos esenciales y necesarios; 2) **Predominio de:** imparcialidad hacia los otros, ecuanimidad en todas las circunstancias; constante alerta y calma deleite en lo que se vive, por vulgar o aburrido que pueda ser; intensos sentimientos de compasión y bondad; percepción rápida y precisa; compostura y destreza al emprender la acción”.(53).*

Estas características representan una aspiración, y para el occidental constituyen un ser idealizado, sin embargo para muchas de las religiones orientales su realización es una búsqueda permanente.

Esto esta relacionado con la propuesta de un cambio de paradigma en occidente dominado por el consumismo y la dependencia de necesidades secundarias o artificiales.

En este sentido las palabras de Elgin Duane, no muestran la validez de las búsquedas orientales de la simplicidad :

“A medida que el ritmo y la confianza del industrialismo decrecen y que su dirección se ve modificada por la nueva escasez, la cara de hereje de la necesidad nos impone el establecimiento de una nueva relación con los aspectos materiales de la existencia.

*A continuación nos ocupamos de un fluir social que poco a poco va apareciendo y que puede contribuir a equilibrar y dar mayor coherencia a las acciones sociales; **nos referimos al movimiento en pro de la simplicidad voluntaria.***

Históricamente, en Occidente en general y en Norteamérica en particular el consumo ha sido considerado como un objeto principal de la actividad humana. Este punto de vista se refleja en la medida habitual de la felicidad del hombre - su “estándar de vida” -, que se calcula casi exclusivamente en términos materiales. Hemos intentado dar el máximo de importancia al consumo, suponiendo implícitamente que el nivel de consumo se relaciona directamente con el nivel del bienestar y de la felicidad humanos. Pero este supuesto parece tener muy escasa base y ser demasiado limitador cuando se trata de afrontar la totalidad de las satisfacciones humanas. Son muchas las pruebas de que, más allá del nivel de la “suficiencia” material, con el dinero no se compra la felicidad.

Como respuesta visceral a este conocimiento, es cada vez mayor el número de personas que parecen estar adoptando un estilo de vida alternativo que, aun siendo materialmente más modesto, es en términos generales más satisfactorio y enriquecedor. Es posible que la simplificación voluntaria de los aspectos externos y materiales de la vida contribuya significativamente al enriquecimiento de los

aspectos interiores y no materiales. El difunto Richard Gregg, en un artículo premonitorio escrito en 1936, expresa con toda elocuencia los fundamentos racionales de la simplicidad voluntaria.

La simplicidad voluntaria pone en juego tanto la situación interior como la exterior. Significa tanto unidad de propósito, sinceridad y honestidad en lo interior, como necesidad de evitar, en lo exterior, la acumulación, el exceso de posesiones que nada tienen que ver con el propósito principal de la vida. Significa ordenamiento y una orientación de nuestra energía y de nuestros deseos, una restricción parcial en cierta dirección con el fin de asegurar mayor abundancia de vida en otras direcciones. Implica una organización deliberada de la vida en función de un propósito.(...)

Aunque la simplicidad voluntaria puede ser una respuesta práctica a la nueva escasez a que nos enfrentamos, pocas razones hay para pensar que tal “frugalidad” sería voluntariamente adoptada sin un propósito compulsivo que motivara a aceptar. ¿Cuál es, pues, ese impulso hacia la frugalidad/simplicidad? Primero, sea cual fuere el propósito o atracción magnética, necesita tener la fuerza suficiente para suscitar en la gente la disposición hacia la frugalidad. En

segundo lugar, es necesario que sea congruente con los valores tradicionales que respetan las libertades individuales. Tercero, debe ser a la vez idealista (que ofrezca a modo de orientación una imagen atractiva de la posibilidad futura) y pragmático (que muestre respeto por los problemas materiales reales con que nos enfrentamos). Un propósito que satisface las necesidades mencionadas es el de explorar, en comunidad con otros, la frontera interna y no material del hombre mismo, unida esta exploración a una simplificación voluntaria de los aspectos externos y materiales de la vida. La necesidad material coincide, aparentemente, con la posibilidad evolutiva, de modo que podríamos restringir el aspecto material de la vida para explorar más a fondo las dimensiones no materiales de la existencia humana. Más que una moda pasajera o una actitud escapista frente al mundo real, este planteamiento parece una respuesta racional ante una situación de urgencia.” (54).

Para mi, este camino lo ofrece el haikú...

3. EL CAMINO DEL HAIKU

3.1. Las Anotaciones de Senegal

Como lo dice R. H. Blyth - según Humberto Senegal, cuya conferencia “*Anotaciones sobre el Haikú* -, tomó de base para estos

comentarios, uno de los estudiosos europeos del zen y del arte japones, que con sus traducciones y estudios sobre el haikú más ha logrado aproximar la mentalidad occidental al género, dice del haikú que este es “ *una especie de satori o iluminación, por la que penetramos en la vida de las cosas. Captamos el significado inexpresable de alguna cosa o hecho totalmente ordinario y que hasta ahora nos había pasado por completo desapercibido. El haikú es la aprehensión de una cosa por una realización de nuestra unidad original y esencial con la cosa misma* ” (55).

El haikú es una de las manifestaciones de la poesía japonesa, compuesta de tres líneas: la primera de 5 sílabas, la segunda de 7 y la tercera de cinco.

Este género ha atraído la atención de muy importantes investigadores quienes tratando de dar cuenta de él han subrayado algunas de sus características más sobresalientes :

Michel Walberg señala que en su visión “.. *el hombre ya no está dividido, sino que ahora se haya unido a la tierra, al cielo y a la divinidad*”; **Kuni matsou**, dice que su belleza y su valor residen “.. *en la simplicidad de su estrecho marco y en las ideas condensadas, simbólicas e intuitivas*”; **Otsuji**, descubre el camino para penetrar el haikú, válido tanto para su lectura como para su escritura. Dice: “ . *No*

es necesario poseer alguna ideología o filosofía personal para poder componer haikú. Podemos entrar en el mundo de la creación cuando somos completamente sinceros y humildes ante la naturaleza; cuando no introducimos perezosa fantasía o nos ponemos a pensar. Cuando uno alcanza el estado de desprendimiento y canta con naturalidad, entonces puede producir verdadero haikú”; **Christmas Humphreys**, escritor inglés, erudito en budismo, se refiere al haikú, como un medio, no un fin... El haikú nos ayuda a aprehender la sensación directamente “...*El yo tiene que batirse por la simplicidad, la pobreza, la soledad y lo diáfano. No tengo que escribir las cosas sino ofrecer las ventanas a las que pueda asomarse el lector para mirar cosas que nunca antes había visto”;* **Alan Watts**, opina que el haikú es similar a “...*un guijarro arrojado al estanque de la mente del oyente, que evoca asociaciones de su memoria. Invita al oyente a participar, en lugar de dejarlo mudo de admiración mientras el poeta se luce”;* **Alberto Manzano** y **Tsutome Takagi**, opinan que esta poesía está lejos de la maniobra intelectual y que “*su esencia está basada en la intención y la simplicidad”;* de ese mismo criterio son **Mariano Antolin** y **Alfredo Embid**. **Suzuki**, precisa : “.. *Es la visión intuitiva interior, en contraposición con la aprehensión intelectual y lógica. Representa el descubrimiento de un nuevo mundo que permanece, desconocido en medio de la confusión del espíritu atado por el dualismo”;*

Takayana, señala que el haikú “*debe imponerse, sobre todo, en los cambios físicos y en los matices sentimentales que el ciclo de las estaciones imprime sobre el universo*”, añadiendo que para crear un haikú hay que contemplar en una quietud de alma completa “*la inestabilidad de las cosas y de la vida humana*”. La relación íntima del mundo con el individuo. Cada estación, cada período de tiempo, la noche y el día, el sol y la luna, permiten al hombre descubrirse así mismo en los cambios de cada uno de ellos. Su propia nada es la afirmación de cuánto lo rodea, en el vacío de la totalidad descubre su propio ser trascendiendo la angustia de la dualidad.

En las “*Anotaciones sobre el Haikú*” texto del cual tomamos estas citas, Humberto Senegal comenta que el inglés **Aston**, citado por el cronista **Enrique Gómez Carrillo**, en su obra “*El Japón Heróico y Galante*”, elabora un catálogo de temas poéticos nipones propios del haikú y del tanka: el amor, la nostalgia del hogar, la tristeza de las ausencias de los seres queridos, la pena por la muerte, la alegría de beber sake y las quejas por lo incierto de la existencia. De la naturaleza importan los aspectos variados de las estaciones, el murmullo de los arroyos, las flores, los árboles, las piedras musgosas, las nieves del monte Fuji, las olas que revientan en la playa, las algas en la arena,

el trino de las aves, los insectos, el bramido de los ciervos en otoño, los tonos rojizos de las hojas de los arces, la luna, la lluvia, el viento. Agregan que si se toman en cuenta algunas efusiones galantes o patriótica, una enorme cantidad de juegos de palabras y algunas imágenes religiosas, la enumeración queda completa.

Senegal comenta que Aston y Carrillo a pesar de esta larga lista son bastante limitados en sus apreciaciones, pues dejan de lado *“Las infinitas posibilidades intuitivas que palpitan en el haikú, tras de esa realidad que catalogan con ligereza”*.

Senegal acude al poeta **Tsurayuki** quien al prolongar el Kokinsho (colección de poesías antiguas y modernas), considerada como la principal obra poética del período Heian (794-1192), enumeró con insuperable magistralidad y con conocimientos profundos del alma del pueblo japonés y de su expresión poética, las circunstancias y los temas propios de ésta última. Para **Tsurayuki** poesía es *“Aquello que endulza los vínculos entre hombres y mujeres y aquello que puede confortar el corazón de los feroces guerreros”*.

Donald Keen, nos revela uno de los secretos de forma y fondo del haikú, al presentarlo como *“..la expresión del punto de intersección de lo momentáneo con lo constante y eterno”*; **W.**

Higginson, dice que éste “*sucede a todo instante y en cualquier lugar donde se hallen personas en contacto con el mundo de sus sentidos y con sus íntimas respuestas a los mismos*”. Y en este mismo sentido **Basho** nos aclaró : “*...Haikú es simplemente lo que esta sucediendo en este lugar, en este momento*”.

Señalando las características del Haikú, Senegal muestra una serie de aspectos que comparte con los caracteres generales del arte Zen, anota :

1.) **Olvido del Yo**, se produce cuando la impersonalidad del poeta permite que el haikú se exprese por sí mismo; 2) **Soledad**, dichosa y aceptada; 3) **Aceptación de la Realidad**, la aceptación de nosotros mismos; 4) **Rechazo al Verbalismo**; 5) **Rechazo al Intelectualismo** y al moralismo; 6) **Sentido de la contradicción**; 7) **Sentido de lo concreto**; amor, compenetración de la persona con cuanto lo rodea.

Senegal nos dice, que “ *el haikú tiene naturaleza de koan, por cuanto parece decirnos mucho aunque en realidad no nos esta diciendo nada; nada explica de aquello que la persona desearía conocer con más detalles. ¿El detalle para qué? Es, precisamente, el detalle solo el que nos muestra la totalidad del objeto y los demás objetos que lo rodean. Pero no hay que pensar, no hay que detenerse razonando sobre lo que nos pinta el haikú koan porque*

»□□"□□□^{3/4}□□□□□□□□□□^{1/2}□□F□□□□**ç**»□□□□□□□□**ç**
 □□^{3/4}□□□□□□□□□□^{3/4}□□□□□□□□□□^{3/4}□□□□□□□□□□¹□□@
 □□□

»□□"□□□^{3/4}□□□□□□□□□□^{1/2}□□F□□□□ € »□□□□□□□ €
 □^{3/4}□□□□□□□□^{3/4}□□□□□□□□^{3/4}□□□□□□□□□□¹□□□□@□
 □□

»□□"□□□^{3/4}□□□□□□□□^{1/2}□□F□□□□²□□□□□□□□²
○□□□□□□^{3/4}□□□□□□□□^{3/4}□□□□□□□□¹□□@□□□□

*representaron en su mayor parte como lunáticos abandonados, con el ceño fruncido, o gritando, vagando o riendo a carcajadas ante un montón de hojas al viento. Como temas favoritos adoptaron las figuras de los dos ermitaños locos Han-shan y Shih-te y al dios popular Pu-tai, de enorme rotundidad, completando así un maravilloso conjunto de felices vagabundos que ejemplifican el espléndido absurdo y la vaciedad de la vida zen. El Zen, y hasta cierto punto, el Taoísmo, parecen ser las únicas tradiciones espirituales suficientemente seguras de sí como para satirizarse a sí mismas, o que se sienten suficientemente libres de inhibiciones sociales como para reírse no sólo de su religión sino aun en medio de ella. En estas figuras lunáticas los artistas zen representan algo más que una parodia de su propio **wu-shin** o forma de vida “despreocupada”, pues así como “el genio es pariente de la locura” hay un sugestivo paralelo entre la cháchara sin sentido del loco feliz y la vida sin finalidad del sabio zen. Como dice un poema zenrin:*

***Los gansos salvajes no se proponen reflejarse en el agua;
el agua no piensa recibir su imagen.***

Así, la vida sin propósito es el tema constante del arte zen de toda clase, que expresa el estado íntimo del artista de no ir a ninguna parte en un momento intemporal. Ocasionalmente todos los

hombres pasan por estos momentos, y entonces justamente cuando consiguen ver el mundo con tanta vivacidad que su resplendor colma los intervalos de la memoria: la fragancia de las hojas que se queman en la niebla de una mañana de otoño, una bandada de palomas iluminadas por el sol contra un nubarrón, el sonido de una cascada invisible al anochecer, o el grito solitario de un pájaro desconocido en la espesura de un bosque. En el arte zen todo paisaje, todo bosquejo de bambúes al viento o de rocas solitarias es un eco de tales momentos.

*Cuando el momento expresa soledad y quietud se llama **sabi**. Cuando el artista se siente triste o deprimido y en esta peculiar vaciedad divisa algo corriente y modesto en su increíble “ser tal”, este temple se llama **wabi**. Cuando el momento evoca una tristeza más intensa y nostálgica, relacionada con el otoño y con la gradual desaparición del mundo, se llama **aware**. Y cuando se ve súbitamente algo extraño y misterioso, que sugiere algo desconocido y que nunca será descubierto, el estado de ánimo se llama **yugen**. Estas palabras japonesas, prácticamente intraducibles, denotan los cuatro estados de ánimo fundamentales de **furyu**, es decir, la atmósfera general del “gusto” zen al percibir los momentos sin propósito que surgen en nuestra vida”.(56)*

Alan Watts asocia el surgimiento del haikú a partir del zenga. Veamos, con largueza... la presentación que nos hace :

*“ Hacia comienzos del siglo XVII los artistas japoneses desarrollaron un estilo aun más sugestivo e “improvisado” de **sumi-e**, llamado **hauga**, que se utilizaba para acompañar los poemas **haiku**. Estos poemas provenían de los **zenga**, es decir, las pinturas sencillas que hacían los monjes zen para acompañar versos extraídos del **Zenrin Kushu** y frases de los diferentes **mondos y sutras**. **Zenga** y **haiga** representan la forma “extrema” de la pintura **sumi**: la más espontánea, directa y cruda, repleta de los “accidentes controlados” del pincel con los que expresan la maravillosa carencia de sentido de la naturaleza misma.*

*Desde los tiempos más remotos los maestros zen han demostrado ser partidarios de escribir breves poemas gnómicos: lacónicos y directos como sus respuestas a las preguntas acerca del Budismo. Muchos de ellos, como los que hemos citado del **Zenrin Kushu**, contenían claras referencias al **Zen** y a sus principios. Pero así como la frase de **T’ung-shan**: “!Tres libras de lino!”, fue una respuesta llena de Zen pero no acerca del Zen, así también la poesía zen más expresiva es aquello que “no dice nada”, es decir, que no es una filosofía o comentario acerca de la vida. Por ejemplo, una vez un monje*

preguntó a Feng-hsueh: “Cuando tanto la palabra como el silencio resultan inadmisibles, ¿cómo podemos hacer para no errar?” El maestro replicó :

**Siempre recuerdo a Kiangsu en marzo:
!El canto de la perdiz, el macizo de flores
fragantes!**

También aquí, como en la pintura, hallamos la expresión de un momento vivaz en su puro “ser tal” - aunque nuestra manera de calificarlo es harto inadecuada - y los maestros con frecuencia citaban la poesía clásica china de esta manera, utilizando dísticos o cuartetas que señalaban y no decían más.

*Los círculos literarios también favorecían la práctica de tomar pareados de los antiguos poemas chinos para utilizarlos como canciones. A comienzos del siglo IX. Fujiwara Kinto compiló una antología con tales extractos, junto con breves poemas japoneses **waka**, a los que dio el título de Roeishu, o Colección de cantos claros. Semejante empleo de la poesía evidentemente expresa el mismo tipo de visión artística que encontramos en las pinturas de Ma-yuan y Much'i, el mismo uso del espacio vacío que cobra vida con unas pocas pinceladas. En la poesía el espacio vacío es el silencio que rodea un poema de dos líneas: el silencio requerido por la mente, en el que no pensamos “acerca” del poema sino*

que realmente sentimos la sensación que el poema evoca, y con mucha fuerza precisamente porque dice tan poco.

Ya en el siglo XVII los japoneses alcanzaron la perfección con esta poesía “sin palabras” en el haiku, poema de diecisiete sílabas que deja el tema casi en el momento de tomarlo. Para quienes no están acostumbrados a estos poemas japoneses, el haiku no parece otra cosa que el comienzo o el título de un poema, y al traducirlos es imposible comunicar el efecto de su sonido e imagen, que es justamente lo importante. Desde luego hay muchos haiku que parecen tan presuntuosos como las pinturas japonesas en bandejas de laca barata destinadas a la exportación. Pero el oyente no japonés debe recordar que un buen haiku es un guijarro arrojado al estanque de la mente del oyente, que evoca asociaciones de su memoria. Invita al oyente a participar, en lugar de dejarlo mudo de admiración mientras el poeta se luce.

*Los poemas haiku deben su desarrollo sobre todo a la obra de Basho (1643-1694), cuya manera de sentir el zen tendía a expresarse en un tipo de poesía totalmente afín al espíritu del **wu-shih**: “nada especial”. “Para escribir haiku - decía-, búsquese un niño de un metro de alto”, con lo cual aludía al hecho de que sus poemas tienen la misma inspirada objetividad de la expresión de asombro que encontramos en los niños, y nos*

devuelven aquella manera de sentir el mundo como lo vimos la primera vez con nuestros ojos azorados.

**Kimo hu take
Yoki mono miseru
!Yukimaroge!**

Tu enciendes el fuego;
te mostraré algo lindo:
!Una gran bola de nieve!

*Basho escribía sus haiku en el tipo más sencillo de lenguaje japonesa evitando naturalmente el lenguaje literario e “intelectual”, con lo cual creó un estilo que hizo posible que la gente del pueblo fuera poeta. Su contemporáneo Bankei hizo lo mismo con el Zen, porque como dice uno de sus poemas **Ikkyu** :*

Todo lo que se opone
a la mente y voluntad de la gente del pueblo
contradice la Ley de los Hombres
y la Ley de Buddha.

Lo cual responde al espíritu del dicho de Nanch’uan: “La mente normal es el Tao”, es decir, la mente “simplemente humana” y no “meramente vulgar”. Por ello en el siglo XVII se popularizó extraordinariamente la atmósfera del Zen en el Japón, desde los monjes y samurai hasta los granjeros y artesanos.

Uno de los poemas de Basho “delata” la verdadera sensación del haiku, aunque en realidad dice demasiado para ser auténtico haiku:

!Qué admirable,
el que no piensa “La vida es fugaz”
al ver el relámpago!

En efecto, el haiku percibe las cosas en su “ser tal” y sin comentario, concepción del mundo que los japoneses llaman sono-mama: “Tal como es”, o “Simplemente así”.

Yuyos en el campo de arroz,
cortados y abandonados...
!Fertilizantes!

En el Zen el hombre no tiene otra mente que lo que sabe y ve, lo cual está casi expresado en el siguiente haiku de Gochiku :

La larga noche;
el sonido del agua
dice lo que pienso.

Y aun más directamente :

Las estrellas en el charco;
de nuevo el aguacero invernal
enriza el agua.

*Los poemas **haiku** y **waka** expresan acaso más fácilmente que la pintura las sutiles diferencias que existen entre los cuatro temples de ánimo: **sabi**, **wabi**, **aware** y **yugen**. La **quieta** y **conmovedora** soledad de **sabi** es evidente en*

En una rama seca
un cuervo se ha posado
en la tarde de invierno.

Pero es menos patente y por ende más profunda en

Con la brisa de la tarde
el agua murmura contra
las patas de la garza.

En el bosque oscuro
cae una bellota:
sonido del agua.

***Sabi** significa soledad en el sentido del desapego budista que ve todas las cosas como si ocurrieran “por sí mismas” en milagrosa espontaneidad. Esto acompaña la sensación de profunda, ilimitada quietud que trae una prolongada nevada, que amortigua todos los sentidos en sucesivas capas de blandura.*

Cae la cellisca;
infinita, insondable
soledad.

***Wabi**, el inesperado reconocimiento del fiel “ser tal” de las cosas muy corrientes, especialmente cuando la melancolía del futuro momentáneamente ha frenado nuestras ambiciones, es acaso el temple de estas líneas :*

Un portón de zarza
y por candado
este caracol.

* * *

El pájaro carpintero
sigue en el mismo lugar;
acaba el día.

* * *

Desolación de invierno;
en el agua llovida de la tina
caminan gorriones.

***Aware** no es exactamente tristeza y tampoco nostalgia en el sentido corriente de desear que retorne un pasado querido. Aware es el eco de lo que ha pasado y ha sido amado, con una resonancia como la que una gran catedral presta a su coro, de modo que sin ella el canto se empobrecería.*

Nadie vive en el Fuerte de Fuha;
 el cobertizo de madera está derruido;
 todo lo que queda
 es el viento otoñal.

* * *

La bruma vespertina;
 recuerdos del pasado,
 ¡cuán lejos están!

*Aware en el momento crítico que ocurre entre el
 acto de percibir la fugacidad del mundo con pena
 y dolor, y el acto de verlo como la forma misma
 del Gran Vacío :*

El arroyo se esconde
 entre los pastos
 del otoño que se aleja.

* * *

Hojas que caen,
 quedan unas sobre otras;
 la lluvia golpea la lluvia.

*Ese momento de transición está justamente por
 “pasar” en el haiku escrito por Issa a la muerte
 de su niño:*

Este mundo de rocío,
 podrá ser de rocío,
 y sin embargo, y sin embargo...

*Como yugen significa una especie de misterio,
eslo más difícil de describir, y los poemas deben
hablar por sí mismos :*

El mar se oscurece;
las voces de los patos salvajes
son débilmente blancas.

* * *

La alondra:
sólo su voz cayó,
sin dejar eco.

* * *

En la densa niebla,
¿qué es lo que gritan
entre el cerro y el barco?

* * *

Salta una trucha:
se mueven las nubes
en el lecho del río.

*O bien este ejemplo de yugen proveniente de los
poemas Zenrin :*

Amaina el viento, las flores aún caen;
gritan los pájaros, se ahonda el silencio en la montaña.

Como la enseñanza del Zen desde por lo menos finales del sigloXV utilizaba constantemente estos dísticos chinos, la aparición del haiku no es nada sorprendente. La influencia es patente en este haiku “yugen al revés” de Moritake.

El Zenrin dice :

Este espejo roto no reflejará más;
la flor caída no volverá a la rama.

Y Moritake:

¿Una flor caída
volviendo a la rama?
Era una mariposa.

Al hablar de las relaciones del Zen con la poesía es inevitable traer a colación el nombre del monje y ermitaño zen soto Ryokan (1758-1831). A menudo se piensa que un santo es alguien cuya sinceridad le acarrea la enemistad de la gente, pero Ryokan tiene la distinción de haber sido alguien a quien todo el mundo amaba, quizá porque era natural como un niño, más bien que bueno. Es fácil tener la impresión de que el amor a la naturaleza japonés es predominantemente sentimental, y que hace hincapié sobre todo en los aspectos “lindos” y “bonitos” de la naturaleza: mariposas, flores de cerezo, la luna otoñal,

crisantemos y viejos pinos. Pero Ryokan es también el poeta de los piojos, las pulgas y está completamente empapado de lluvia fría :

En días de lluvia
el monje Ryokan
se apiada de sí.

* * *

Y su concepción de la “naturaleza” forma un solo conjunto :

El sonido del fregado
de la cacerola se mezcla
con la voz de las ramas en los árboles.

En cierto sentido Ryokan es un San Francisco japonés, aunque muchos menos evidentemente religioso. Fue un tonto errante, que jugaba con los niños sin avergonzarse, vivía en una choza solitaria del bosque bajo un techo con goteras y con una pared llena de poemas escritos en su letra maravillosamente ilegible, como patas de araña, tan apreciada por los calígrafos japoneses. Compara los piojos de su pecho con bichos en el pasto, y expresa los sentimientos humanos más naturales - tristeza, soledad, azoramiento, o compasión- sin el menor rastro de vergüenza u orgullo. Aun cuando le roban sigue siendo rico, porque

Al ladrón

se le olvidó
la luna en la ventana.

Y cuando no hay dinero

El viento trae
suficientes hojas caídas
para hacer el fuego. ” (57)

3.3. Alegría del Haikú

Para mí la poesía es un modo de vida, la manera de asumir mi existencia, el universo. Y aunque este es un campo amplio y diverso debo confesarles que solo a través de ella encuentro posibilidad de expresión y apaciguamiento.

Me levanté en un ambiente humanista por lo que tempranamente supe de la existencia de este campo de la geografía espiritual. Ya había transcurrido buena parte de mi vida cuando el maestro Alvaro Pío Valencia, me descubrió los Upanishads, y así recorrí en esta compañía otra parte del trayecto.

Un día inesperado, alguien me habló del haikú. A partir del conocimiento del libro de Tello, que me enviara Arcadio Plazas Alcíd, conocí a Bashō y sus discípulos. Este libro fue mi iluminación : vi claramente lo que había

en mí y entendí que esa vivencia poética había sido mi fé y mi religión. Ya lo había sentido con los Upanishads, con Aurobindo y Tagore.

Anotaba este gran poeta hindú: “ *Mi religión es una religión de poeta; no sabría dar una explicación cabal del dolor, del mal, ni lo que podría ser la realidad posterior a la vida*”.

Encuentro en el haikú una coincidencia de fondo y forma; por eso un amigo me decía “ *que no había sido para mí un descubrimiento sino un desentrañamiento*”.

Tomé el camino de Senda de Oku y por el he venido vivenciando lo que el Zen le ofrece a la poesía: esa confraternidad con la vida, esa unión con el universo, la aceptación de nuestro ser con todas sus contradicciones y la certeza que lo aparentemente intrascendente pertenece a la totalidad y es único.

Para terminar quiero ofrecerles esta brevísima muestra :

*El estanque antiguo
salta una rana
- el sonido del agua.*

Basho

*Las blancas flores del ciruelo
para el corazón
que no duda.*

Mokuin

*Simplemente confía:
¿ no revolotean así
también los pétalos?*

Issa

*Mu, mu, mu...
sele la vaca mugiendo
de entre la niebla.*

Issa

*!Que felicidad!
cruzar este río en verano,
las sandalias en la mano.*

Buson

*Una teja rota en el techo
y aparecen
cien estrellas.*

H. Senegal.

*¿Es un imperio
esa luz que se apaga
o una luciérnaga.*

Borges

*Viéndote gorrión
no pregunto por el destino
de la vida.*

Javier Tafur G.

CITAS

1. **"Budismo Zen y Sicoanálisis"**. D. T. Suzuki y Erich Fromm; Fondo de Cultura Económica. Traducción de Julieta Campos. Bogotá Colombia 1994, pág. 95.
2. Op. cit. pág. 96.
3. Ibidem.
4. Op. cit. pág. 100
5. Op. cit. pág.103
6. Ibidem.
7. Op. cit. pág. 104.
8. Ibidem.
9. Ibidem.
10. Op. cit. pág. 107.
11. Op. cit. pág. 108.
12. Op. cit. pág. 109.
13. Ibidem.
14. Op. cit. pág. 114.
15. Op. cit. pág. 116.
16. Op. cit. pág. 117.
17. Ibidem.
18. Op. cit. pág. 118.
19. Op. cit. pág. 119.
20. Op. cit. pág. 123.
21. Op. cit. pág. 125.
22. Op. cit. pág. 126
23. Ibidem.
24. Op. cit. pág. 128.
25. Ibidem.
26. Op. cit. pág. 135.
27. Op. cit. pág. 137.

28. Op. cit. pág. 147.
29. Op. cit. pág. 148.
30. Op. cit. pág. 152.
31. Op. cit. pág. 21.
32. Op. cit. pág. 22.
33. Op. cit. pág. 24.
34. Ibidem.
35. Op. cit. pág. 25.
36. White, Jhon.
 "¿Qué es la Iluminación?". Compilación
 de artículos de Watts, Huxley y otros,
 pág. 21.
37. Ibidem.
38. **"¿Qué es el Budismo?"** Op. cit. pág. 38.
39. Op. cit. pág. 40.
40. Op. cit. pág. 52
41. Op. cit. pág. 57.
42. Op. cit. pág. 58.
43. Op. cit. pág. 62
44. **¿Qué es el Budismo?**
 Por Jorge Luis Borges y Alicia Jurado.
 Emecé Editores, Buenos Aires, Argentina,
 1991. pág. 136 y ss.
45. Budismo Zen y Sicoanálisis, Op. cit. pág.
 84.
46. **"Budismo Zen : un examen sicológico"**
 compilado dentro del libro **"La
 Experiencia Mística"**, por Jhon White,
 pág. 172.
47. Op. cit. pág. 177.
48. Op. cit. pág. 180.
49. Op. cit. pág. 186.
50. Op. cit. pág. 188.

51. Op. cit. pág. 192.
52. Watts, Alan.
“El Camino del Zen”. Ediciones Arneo, San José, Costa Rica, 1981, pág. 233.
53. Goleman, Daniel.
“La Salud Mental en la Psicología Budista Clásica”. Dentro de la compilación *“Más allá del Ego”*, de Roger Walsh y Frances Vaughan, pág. 201.
54. Duane Elgin *“El Tao de la Transformación personal y social”*. Dentro de la compilación *“Más allá del Ego”*, de Roger Walsh y F. Vaughan; págs. 392/393.
55. Senegal Humberto. Anotaciones sobre el Haikú.
56. Watts, Alan *“El Camino del Zen”*, cap. *“El Zen en las Artes”*. Op. cit. pág. 207.
57. Ibidem.

Jhon White. Editorial Kairos, S.A.
Traducción de David
Rosenbaun
Argentina, 1990.

Musashi Miyamoto.

"El Libro de los Cinco Círculos".
Manual de Estrategia para el
Samurai. Electra Editores.
Colombia, 1994.

Senegal Humberto.

"Anotaciones sobre el Haikú"
Conferencia.

Suzuki D. T. y Erich Fromm.

Budismo Zen y Sicoanálisis.
Fondo de Cultura Económica.
Traducción de Julieta Campos.
Bogotá. Colombia, 1994.

Tafur Javier y Rodrigo Escobar.

**" Para el Corazón que no
Duda"** - Antología del Haikú
Japanes - Inédito.

**"El Haikú - O el Arte de
Guardar el Momento sublime".**
Ediciones La Sílabla. Colección

Ocarina. Cali, Colombia, 1993.

Watts Alan

"El Camino del Zen"

Ediciones Arneo.

San José - Costa Rica, 1981.

White, Jhon

"¿Qué es la Iluminación?"

Compilación. Traducción de

María Rosa Buixaderas Echarri.

Editorial Kairos. Barcelona,

España. 1992.