

¿COMO RELACIONARNOS CON NUESTRAS CIRCUNSTANCIAS?

Jorge Vulibrun ¹



Muy bien, estoy en el mundo. Es decir, soy un proceso complejo que me relaciono con la miríada de procesos que me rodean. Entonces, ¿cómo debo actuar y cómo fundamentar esa acción? ¿Cómo lidiar con ese proceso que se destaca de mis circunstancias y ante el que siento que debo posicionarme?

Pretendemos contrastar aquí las actitudes estandarizadas occidentales y chinas, sin significar con ello que se refieran a conductas seguidas obligatoriamente por todos los miembros de cada una de esas culturas. Ellas son, más bien, dos soluciones alternativas, dos posiciones filosóficas, resultado de siglos de desarrollo independiente. El objetivo pretendido es el de aprender con el *otro*, de sacarnos de la comodidad de lo que es *mío* y su tendencia a convertirse en una respuesta automática que, muchas veces, no resulta adecuada al momento. ²

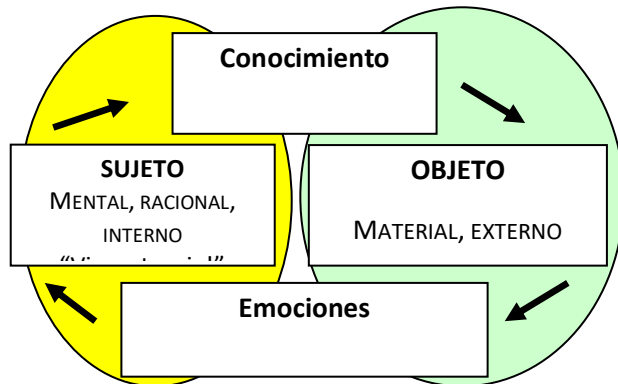
La solución occidental nos es bien conocida: debemos mirar, estudiar, pensar, ponderar o analizar esas circunstancias para elegir la estrategia más conveniente para relacionarnos con ellas. Para eso partimos de una base para nosotros obvia: somos 'sujetos' que observamos 'objetos' de los cuales estamos separados de forma fundamental y definitiva, hasta porque nos enseñaron que el *logos* fue algo que precedió a la Creación. Disociamos así un mundo 'espiritual, mental, racional', caracterizado por el discurso, de un mundo 'material', caracterizado por la acción y los objetos, y denominamos 'conocimiento' a aquello

¹ Este trabajo incluye fragmentos del libro del autor: "Yi JIng (I Ching) Una herramienta para el autoconocimiento", que puede encontrarse en www.yijingorienta.com.br/es/.

² Debemos destacar que China, a partir del último cuarto del siglo XX, adoptó esa actitud de apertura y aceptó aprender de Occidente, convirtiéndose en una potencia industrial que suministra productos a todo el mundo, lanza astronautas al espacio y construye una infraestructura tecnológica que tiene aumentando el nivel de vida de su población.

que establece un puente entre ellos. De esta forma, definimos 'conocer' cómo 'saber sobre algo' y confundimos sabiduría con la acumulación de informaciones. Como consecuencia, valoramos la teoría y despreciamos la práctica, ya que la primera trata de lo que consideramos más noble, porque antecedió al mundo manifiesto, mientras que la segunda no es más que moverse con el mundo de los objetos, quedando contaminada por ellos.

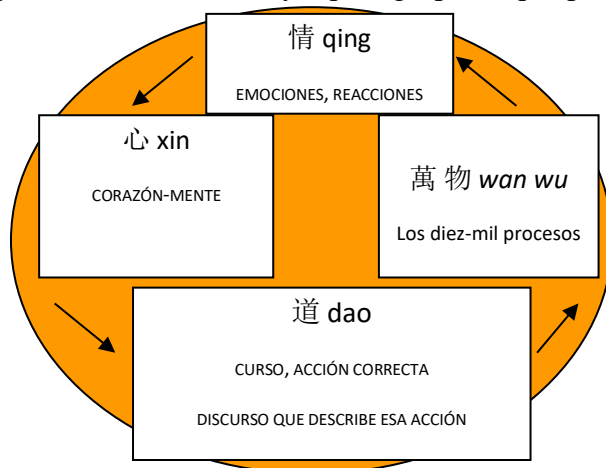
Para complicar más las cosas, también tenemos que lidiar con la emoción,



una especie de prima pobre de la razón porque, a pesar de 'mental', es originada por la interacción con el mundo de los objetos y, por ese motivo, de menor valor. Esto nos lleva a valorar el intelecto y despreciar los sentidos, a preferir lo racional en comparación con lo emocional. En resumen, el hombre es visto como dividido en dos y, por lo tanto, un poco

esquizoide, ya que separamos el pensamiento de la acción, creando un conflicto permanente para integrar estos dos aspectos de nuestra vida: la pureza del pensar con el desprecio por las pasiones y la práctica. El discurso, que antecede a la acción, como el pensamiento de Dios precedió a su acción creadora, es considerado como una recomendación de las acciones a ser efectuadas, sólo que, anclado como está en el campo de lo mental, no tiene eficiencia garantizada para guiar nuestras conductas, afectadas tanto por la acción del emocional como por el material.

Esta dicotomía no existe en la filosofía china (ya sea taoísta, confuciana o budista) porque ésta considera que 'pensar' y 'sentir' son partes de un mismo proceso total y ocurren en un solo órgano del hombre, el 心 xīn, que sólo puede ser traducido por "corazón-mente", ya que agrupa lo que para nosotros está separado de forma



intrínseca. El proceso 'yo' interactúa con los otros procesos que constituyen el todo y su corazón-mente reacciona a las emociones, que nada más son que el resultado de esa interacción y, por lo tanto, capaces de cargar valiosas informaciones sobre aquellos otros procesos. La palabra 情 qíng es normalmente traducida como "Sentimientos, emociones, lo que una persona siente;

corazón, naturaleza humana, disposición; las circunstancias, la verdad de los hechos; verdad, sinceridad". Zhuangzi, taoísta, presenta qíng como siendo nuestra respuesta interior a las circunstancias que nos rodean: la emoción interna que nos

mueve (e-moción) y que aparece como reacción a una acción externa.³ Obviamente, ese mecanismo no es específico de los chinos ya que se trata de algo que todos los humanos compartimos, en Occidente Pascal lo dijo en su "Pensamientos": "***El corazón tiene razones que la propia razón desconoce***".

Así, el sabio observa sus emociones, deduce de ellas algunas de las características de los fenómenos con los que se está relacionando y, considerando sus tendencias personales, define el discurso que va a guiar su acción. Este discurso, que no puede separarse de la acción emprendida, constituye su 道 *dào* (tao) personal y tendrá éxito o será considerado moralmente válido si tiende a armonizarse con el discurso que describe el funcionamiento del proceso total (que abarca el sabio y sus circunstancias), el *Dào* (Tao. El 'D' mayúsculo sólo diferencia los dos niveles de discurso, pero no establece una diferencia fundamental entre ellos, pues los dos se refieren a procesos de mayor o menor complejidad).

La acción, resultado de la interacción entre el hombre y sus circunstancias, es el hecho fundamental, ya que el discurso es meramente descriptivo. En otras palabras, el discurso que guía la conducta no puede separarse de la acción concreta que implementa esa conducta, de donde la sabiduría es equivalente a 'saber hacer' o 'saber lidiar con'. De esta forma, es peculiar del pensamiento chino que ese saber hacer no debe ser obstaculizado por lo racional, o sea, no debe ser pensado, debe ser intuitivo. El ideal de sabiduría se acerca mucho más a un saber atar eficientemente los cordones de los zapatos que a formular una teoría sobre el progreso del Universo. Así, el sabio chino se integra con los procesos con los que tiene que interactuar, en lugar de distanciarse para observarlos fríamente como haría un occidental. Obviamente, no puede haber 'objetividad' en una visión de mundo donde todo se relaciona con todo y todo afecta al todo, formando una continuidad.

Esta prioridad de la acción con respecto al discurso no es exclusiva de los sabios chinos: un músico, ejecutando su instrumento, no piensa en lo que está haciendo, se deja llevar por sus emociones e intuiciones; un trapezista no piensa en lo que está haciendo, se deja llevar por el automatismo de años de práctica; pero todos ellos ejecutan a la perfección sus actividades, además de, adicionalmente y en caso necesario, ser capaces de producir discursos sofisticadísimos sobre sus acciones. Goethe nos dijo:

“¿Cómo podemos conocernos a nosotros mismos? Nunca a través de la contemplación, sino a través de la acción. Intenta cumplir con tu deber e inmediatamente sabrás que es lo que hay en ti. Pero ¿cuál es tu deber? Las exigencias de cada día.”
(Citado por Yolanda Ruano, in Salas, 2005, pág.62.)

Pero ¿cuándo es el momento adecuado para actuar? La filosofía china presenta el concepto de 精 *jīng*, *semilla del cambio*, que representa el momento en el que un proceso en mutación comienza a manifestar, de forma visible, esa transformación. El conocido símbolo del yin y el yang explicita la existencia de las semillas en todos los procesos:

³ Ver el texto "La mente como instrumento" en este mismo sitio www.yijingorienta.com.br/es/



Cuando todo está óptimo y claro,
la oscuridad y el deterioro comienzan
a aparecer

Cuando todo está negro y asfixiante,
la luz y lo positivo comienzan a
aparecer

Con relación a las semillas, el capítulo LXIV do Dao De Jing dice:

Ciertamente lo que está en reposo es fácil de controlar, lo que todavía no da señal es fácil de planear, lo quebradizo es fácil de deshacer y lo microscópico es fácil de dispersar.

Es decir, es mejor actuar en lo todavía no manifiesto y controlar lo todavía no desordenado, porque árbol de tronco grueso nace de una raíz capilar, torre de nueve pisos se levanta con tierra acumulada y jornada de diez mil leguas comienza debajo de los pies.

El que actúa arruina, el que aferra pierde. Por eso el hombre santo no actúa y nada arruina, no aferra y nada pierde. Las masas, sin embargo, acompañan los asuntos de forma constante hasta casi completados y así los arruinan.

Cuidar el final como se hizo del comienzo generalmente no arruina los asuntos.

Consideremos el siguiente ejemplo. Estoy desarmado en la cima de una colina y una horda de enemigos comienza a avanzar hacia mí. Miro alrededor y sólo veo una gran piedra de forma aproximadamente esférica y se me ocurre hacerla rodar sobre ellos. Es evidente que sólo puedo influir en la dirección en la que la piedra va a desplazarse en el momento de dar el empuje inicial, cuando ella todavía está en reposo, ya que cualquier intento de cambiar su trayectoria, una vez que ella haya comenzado a moverse, va a resultar en que pase por encima mío, lastimándome. Así, es necesario intentar captar cuando un proceso está en el comienzo casi invisible de su manifestación, para influir en él con el menor gasto energético posible, incluso con la libertad de abortarlo si así lo preferimos.

El texto citado del Dao De Jing destaca que los momentos adecuados para la acción son inmediatamente antes de la manifestación de los procesos, para abortarlos o ayudarlos a desarrollarse, o inmediatamente antes del fin de estos, para ayudarlos a terminar e influir en su transformación en otros. Intentar interferir con las cosas entre estos dos momentos requerirá mucha energía, con grandes posibilidades de ver frustrados nuestros propósitos.

Debemos subrayar que, en general, esa compulsión para intervenir se origina en nuestra no aceptación de la dirección en que el proceso se está desarrollando por sí mismo. Esta no aceptación nace, a su vez, en nuestros deseos de preferir una determinada evolución y no otra para el proceso en cuestión, por lo que el capítulo LXIV termina diciendo:

*por eso el hombre santo
desea no desear, no valorando riquezas difíciles de obtener;
aprende a no aprender, volviendo de donde las masas se equivocan;
ayuda a la naturaleza inmanente de todos los procesos, pero sin atreverse
a interferir.*

O, en otra presentación (Folha de São Paulo, 14/05/2004):



¿Será que el sabio es un ser con poderes fuera de lo normal? ¿Cómo identifica las semillas de las miríadas de procesos que se manifiestan en el mundo? ¿Será que tendrá que desarrollar una visión "especial", "aguda", à la Superhombre, que le permita ver lo que está empezando a desarrollarse a su alrededor? No, simplemente se mira a sí mismo.

Así, el sabio chino busca dentro de sí la semilla de una emoción, que nada más es que la contrapartida interna a la semilla que está empezando a manifestarse en el ámbito externo. Para identificar estas semillas, Oriente desarrolló múltiples técnicas, de las cuales podemos destacar, por ejemplo, la meditación, zen u otras, y la consulta al Yi Jing.

En la meditación zen la persona se sienta en posición cómoda de frente a una pared, con el objetivo de disminuir al máximo los estímulos del ambiente (sonidos, imágenes, etc.) e internos (hormigueos, equilibrio del cuerpo, etc.). A continuación, intenta liberar su mente de los pensamientos que se originan espontáneamente en ella (es decir, no les presta atención a medida que aparecen, evitando acompañarlos de forma consciente). Podemos observar una de las trampas propias de las palabras: en Occidente llamamos a ese proceso de 'meditación', pero es una palabra que genera grandes errores y confusiones⁴. La palabra "meditación" y sus correlatos tienen la connotación de una intensa actividad mental y esto es... **¡EXACTAMENTE LO QUE DEBE SER EVITADO!** La palabra más adecuada es exactamente aquella que es presentada como opuesta a la meditación:

⁴ **Meditación:** "Acto o efecto de meditar; concentración intensa del espíritu; reflexión; oración mental, que consiste, sobre todo, en consideraciones y procesos mentales discursivos, y que se opone a la contemplación". **Meditar:** "Someter a un examen interior; pensar en; estudiar, ponderar, considerar; proyectar, intentar, planear, planear; hacer meditación; reflexionar, pensar". **Reflexión:** "Retorno de la conciencia, del espíritu, sobre sí mismo, para examinar su propio contenido por medio del entendimiento, de la razón; cisma, meditación; contemplación; consideración atenta; prudencia, tino, discernimiento; ponderación, observación, reparación".

'contemplación'⁵. Hay en esta palabra cierta connotación pasiva por parte de quien está contemplando. Quien contempla parece vaciarse de sí mismo, dejándose invadir por lo que es contemplado sin imponerle condicionantes racionales, conceptuales ni, mucho menos, discursivos. Por supuesto, en el zen no estamos contemplando un paisaje o una pintura (estamos frente a una pared y en un ambiente con poca iluminación) ni se trata de 'contemplar' una sinfonía (estamos en un ambiente silencioso). Sin embargo, se trata de todo esto y de algo más: dejar la mente contemplar todo lo que sucede alrededor de, e internamente a, quien contempla; contemplación hecha sin recurrir a un discurso interior que describa aquello que está siendo contemplado.

El que medita (¡ay! no es fácil huir de la palabra que el uso institucionalizó, a pesar de referirse a algo completamente diferente) está, entonces, en condiciones de ejercer lo que se llama '**atención plena**', cuando la mente queda en condiciones favorables para percibir el nacimiento de las emociones. En otras palabras, es sensible a lo que está sintiendo (*qíng*). Una vez detectada una emoción, el paso siguiente es identificar lo que la disparó y, *voilà*, he aquí la semilla externa, localizada "fuera de mí" y que está empezando a manifestarse. Aquí viene el gran y efectivo ejercicio de la libertad: ¿será que quiero continuar con esa combinación de circunstancia y emoción? En caso negativo, es muy fácil abortarlos en ese momento o, si es positivo, mucho más eficaz para apoyarlos en su desarrollo.

¿Parece fácil? ¡No lo es! Requiere mucha práctica y un tipo particular de 'esfuerzo': el de no esforzarse. ¿Por qué es tan difícil? Porque es un hecho que no conseguimos controlar nuestros pensamientos, ellos surgen y se desarrollan independientes de nuestra voluntad de enfocarlos en un determinado asunto, cuanto más si éste está en el comienzo. Considerando que el cerebro de la especie "homo" se ha desarrollado por poco más de un millón de años, cantidad pequeñísima por los patrones cosmológicos y biológicos, podemos hacer la analogía con un pichón de ave que está aprendiendo a volar. Él tiene todos los músculos y huesos necesarios, pero debe aprender a utilizarlos; agita las alas con fuerza, pero descontroladamente, hasta aprender a efectuar los movimientos leves y majestuosos que llevan un ave adulta a volar por los cielos.

En lo que se refiere al Yi Jing, como veremos más adelante, el consultante formula una pregunta sobre un asunto que le preocupa, consulta el libro mediante un proceso aleatorio determinado y obtiene una respuesta a su pregunta. La respuesta está formulada en forma de imágenes y textos (que a su vez remiten a otras imágenes) y son esas imágenes y textos los que despiertan en nosotros, las emociones a ser identificadas y que se corresponden a las circunstancias externas que están en la base de la consulta. ¿Parece demasiado esotérico? Puede ser, pero quien intentó honestamente se da cuenta que funciona, aunque no pueda decir el por qué.⁶

⁵ **Contemplación:** "*Aplicación demorada y absorbente de la vista y del espíritu; meditación profunda; consideración, deferencia. Rel.: conocimiento de Dios y de las realidades divinas no por vías y métodos discursivos y, sí, por la vivencia*".

⁶ Quien leyó (o intentó leer) "El universo en una cáscara de nuez", donde el conceptuado físico inglés Stephen Hawking intenta aclarar la visión que la física contemporánea tiene sobre el Universo, puede testimoniar que incluso un respetable texto científico puede parecer extraordinariamente 'esotérico' y debe recurrir también a imágenes para poder comunicarse con

Entonces, ¿cómo actuar frente a los cambios? Cuando falta la referencia externa, cuando los cambios se nos imponen, el camino es orientarnos hacia nosotros mismos, buscar en nuestro interior los referentes que puedan guiar nuestra conducta, ahorrando y administrando mejor nuestras energías para poder navegar en medio de esos cambios.

En el capítulo XIII del Zhuangzi encontramos el siguiente diálogo sobre la acción correcta:

“Yáo preguntó: Entonces, ¿qué debo hacer? Shùn respondió: Actuar como el Cielo y manifestar tranquilidad, brillar como el sol y la luna y caminar como las cuatro estaciones, pareciendo seguir la secuencia del día y de la noche, el andar de las nubes y la caída de la lluvia”.

En otras palabras, debemos dejarnos llevar por los ritmos de la Naturaleza que actúan en cada momento de nuestras vidas: no intentar brillar siempre, aceptando que hay momentos de eclipse; obedecer al hecho de que hay hora para todo (nuestro "*tiempo para reír y tiempo para llorar, tiempo para sembrar y tiempo para cosechar, [...]*")⁷; moverse sin ruido como las nubes, pero a veces soltar rayos y truenos como ellas; alimentarse como la lluvia, aunque provoque esporádicas inundaciones; y sobre todo: mantener la tranquilidad como el Cielo, actitud que los epicúreos griegos ya habían llamado *ataraxia*⁸.

Para ello, debemos separar lo que es nuestro de lo que no es:

- Aquello que está en nuestro *dao*, en nuestro camino verdadero, de lo que no está.
- Separar lo que está o no en nuestra parte del todo (Jullien, 2005, págs. 11-24), es decir, no gastar inútilmente energías en cosas que no nos pertenecen (pero evitando caer en, o diferenciándonos de, el egoísmo)
- Lograr discriminar entre: lo que no es nuestro; lo que es dispensable; lo que es neutro; lo que es inevitable; lo que es nuestro.

En general, conseguimos identificar los grifos o canillas que nos alimentan; difícil es percibir las tuberías por donde nuestra energía se escapa. Esto sucede

el lector. Por cierto, la ciencia tiene tres restricciones fundamentales, desveladas en el siglo XX, que limitan nuestra capacidad de explicar las cosas: 1) el teorema de Gödel: "*dentro de cualquier sistema formal de axiomas, como, por ejemplo, las matemáticas actuales, siempre existen cuestiones que no pueden ser probadas ni refutadas con base en los axiomas que definen el sistema*" [es decir: ni las matemáticas pueden explicar todo]; (2) el principio de incertidumbre de Heisenberg: "*en el mundo cuántico la presencia del observador afecta el fenómeno observado*" (es decir: en sus fundamentos, todos los fenómenos tienen una base aleatoria); y (3) la teoría del Caos: "*es imposible acompañar la evolución de un sistema determinístico que se vuelve caótico (por ejemplo, los fenómenos atmosféricos)*" [es decir, el mundo es demasiado complejo para explicarlo en detalle].

⁷ "No es lo mejor para los hombres que suceda todo lo que desean", Heráclito.

⁸ "No hay estupidez mayor que querer mostrarse sabio en el momento equivocado, así como nada es más ridículo e imprudente que la prudencia inoportuna ". Erasmo: Elogio de la locura.

"Piense en lo siguiente cuando se siente en el auge de la ira: nuestra vida es un corto momento, y luego estaremos todos extendidos bajo la tierra". Marco Aurelio: Meditaciones.

porque esas tuberías son más difíciles de modificar: placeres, rutinas, expectativas, preconceptos, prejuizgamientos, pre ..., pre ..., etc.

Resumiendo, podemos decir que:

- "*El mundo fue creado en seis días*": modelo occidental que nos impulsa, como una zanahoria delante del asno, para una acción constante buscando objetivos preestablecidos que nos parecen autoevidentes.⁹
- "*El mundo está en constante transformación*": este modelo hace que China sea paciente y deje que las cosas sigan sus caminos propios; esto no significa inacción, ya que ellos pueden modificar las condiciones para obtener, más o menos, lo que anhelan; lo que significa es que el intelecto no asume el control de los actos, que se efectúan sin pensar, de forma intuitiva, espontánea.

⁹ Recientemente este relato de la creación literal en seis días está siendo sustituido por la idea del "diseño inteligente" según la cual Dios planeó la evolución total del Universo antes de ponerlo en marcha. Tenemos aquí nuevamente el predominio, tanto temporal como valorativo, de lo mental ante lo práctico.