
Una bofetada de globalización e interdependencia

Por Antonio Arana Soto, Pamplona

**“Vamos donde no sabemos,
por donde no sabemos”**

San Juan de la Cruz

La ilusión de estar separados, recibe de pronto una sonora bofetada de interdependencia y globalización. De oportunidad de vernos en la unidad que compartimos. De la sustancia de estos días, nos queda un gran despiste, no sabemos cómo vivirlos. “Lo más profundo del ser humano, no es su deseo de placer, sino su deseo de sentido” V. Frankl

Hemos vivido intensos momentos de solidaridad, de empatía, manifestando la hermosa capacidad de cooperación humana. En lo profundo de nuestra entraña, en nuestro centro vital, el hara, se alberga la capacidad de esta empatía, de sentir y ponernos en el lugar del otro. De sentirlo de forma entrañable. No basta dar, es darse, *fuse*. Darse al otro como tierra firme. Enfermo del latín “*infermitas*” significa sin tierra firme.

Aparece un ser colectivo, un yo grupal, un vínculo cálido en el emocionado aplauso de cada tarde en homenaje a los sanitarios y su enorme labor; un vínculo desconocido con nuestros vecinos, creatividad compartida, grupos sociales, redes, sensación de pertenencia que nos hace salir del autoaislamiento y del desarraigo.

Donde vivo, Barañáin, 21.000 habitantes, nada más saberse del confinamiento, se crea Barañáin Zainduz (*Cuidando a Barañáin*) y en dos días 130 personas se ofrecen voluntarias con perfiles diferentes para resolver problemas de sanidad, psicológicos, educación, acompañar la soledad, cocinar, realizar las compras para un colectivo en riesgo. Desde pequeños recados como ir a la farmacia a por medicinas o hacer la compra a una persona ciega que vive sola, hasta apoyo psicológico a personas mayores preocupadas por la situación que se está viviendo. Prepararles la comida. Cocineros sugiriendo recetas sencillas, equilibradas y sabrosas. Poetas, bertsolaris dedicando a quien o para quien les pidiera sus poemas, y a la vez ofreciendo momentos de gran creatividad. El ser humano, manifestándose como humano. La gota de agua reconociendo en su mismidad de agua al otro y no fijándose en la tensión superficial de forma diferenciada.

Me emociona cómo la comunidad manifiesta una hermosa capacidad de cooperación humana, de acogimiento. La respuesta (responsabilidad: dar respuesta), de este país, -ocurrió lo mismo en la anterior crisis-. Y es triste el comprobar cómo la gente mayor que en aquel momento acogió a los hijos de nuevo en casa por estar en el paro, con los que compartieron sus pensiones de jubilación, han sido las que más han muerto en este momento.

¿Puede este reconocimiento llevarnos a otro espacio? ¿Un espacio que se abra más allá de nuestro narcisismo? Un espacio de más solidaridad y empatía. De más verdad, bondad y belleza. “Solo la belleza puede cambiar el corazón de ser humano, inclinado por naturaleza a la tiniebla”, San Francisco de Asís.

Y al mismo tiempo, ¿qué imagen ofrecen nuestros líderes políticos? De acuerdo o no con ellos, nos gusten más o menos, su gestión “nos dirige”. Y no cabe duda que son un reflejo de las actitudes, comportamientos de las sociedades a las que pertenecemos. Y de nuevo los enfrentamientos, las divisiones, la puesta en evidencia de las diferencias y en nuestro país pasión, pasión y pasión...Por favor, menos pasión y más inteligencia.

En este país, algo así como España, el lenguaje desde el primer momento ha sido de guerra, tanto en las expresiones del gobierno como en las diferentes comunicaciones. En cada comunicación oficial aparecían varios generales uniformados de los diferentes cuerpos del ejército. El medio es el mensaje (Mac Luhan). Jugando con las palabras podemos decir el miedo es el mensaje. Pero, ¿cuál es el nuestro propio en el que tenemos sentido y cuál el que a través de los medios nos inoculan?

Miedo, la emoción más desequilibradora. Decía Hobbes: “Cuando mi madre dio a luz, nacimos dos gemelos: mi miedo y yo”. El miedo, necesario como instinto de supervivencia para nuestra integridad física, desde mi punto de vista se nos ha transmitido y se ha manifestado en muchas personas de forma excesiva. Llevando a un repliegue en ellas mismas expresándose el mismo en paralización o en ira. Reteniendo nuestro paso alegre con su dosis de muerte que acecha. Su raíz profunda es la idea de ser un yo separado, ignorando la verdadera identidad, la unidad que somos y que nos sostiene. El miedo es una emoción opuesta a la confianza. Usa los mismos circuitos neuronales que ésta, si uno está activo, la otra no puede estarlo a la vez. La confianza es un arte que se cultiva en la profunda aceptación de lo que es.

¿Cómo recuperar la energía que hemos perdido en ese repliegue? Nos hace falta una atención conectada. Lo importante no es que perdamos el miedo sino ser capaces de ver a través de él. Y si no lo logramos, hay muchas posibilidades de que se transforme en pánico, en un profundo e irracional miedo a la muerte que nos impide ser quiénes somos. Lo que aún potencia más el aislamiento. ¿Cómo regular su exceso? ¿Cómo llegar a una gestión equilibrada del mismo? Me ha sorprendido el ver a tantas personas afectadas por crisis de pánico, con esa sensación de muerte inminente. El miedo vuelto hacia adentro, patológica inseguridad de no ver salida a la situación. Y el ser humano convertido en el “*homo recurvatus*” que decían los filósofos cistercienses. Vuelto hacia él mismo, encerrado, sin ver salida. Y en este aspecto la ayuda de los practicantes para gestionar estas crisis.

“Mi vida ha estado llena de terribles desdichas, la mayoría de las cuales nunca ocurrieron”, Montaigne. El miedo me separa del mundo y dificulta mi relación con el mismo. Y la oferta de respirarlo, de no engancharnos a él, de ir más allá del mismo. Sabiendo que la clave no es el sentirlo, sino el cómo lo vivimos, el qué hacemos con él. Podemos bajarlo hasta la profundidad del *hara* para vivirlo sin proyecciones, desde la propia entraña y trascenderlo.

En cada comparecencia, con continuas metáforas bélicas en la gestión de esta pandemia, el ejército con atribuciones sin precedentes en la historia de nuestra democracia, nos han ido vendiendo desde el primer momento la necesidad de ser controlados. Apareciendo uno de los efectos del miedo: la tentación autoritaria. El desafío a las libertades ciudadanas, ¿Libertad o seguridad? ¿Qué estoy dispuesto a ceder de mí mismo, sin traicionarme ni negarme por esta seguridad? ¿Una aplicación en el móvil con control permanente? Existe un problema sanitario y ponemos en el mismo saco medidas policiales muy severas que no tienen una justificación sanitaria. El extremo, como en España, de no poder salir de casa, salvo a las compras

necesarias, farmacia... y a ser posible una vez por semana. Los niños, los enfermos, los mayores no podían salir de casa; los perros sí. No poder viajar en coche con las personas con las que convives, solamente una persona por vehículo en el primer momento Y gente desde los balcones en intoxicación de miedo y de ignorancia controlando las personas que salían de sus casas, incluso a los sanitarios que volvían a casa, por miedo a que les contagiaran.

Quiero incluir una serie de respuestas, que han dado ante la pandemia personas de diferentes tradiciones. Se han expresado de esta manera:

“Jesús es nuestra sanación “, evangelistas.

Cuando decidimos suprimir la sesshin con Roland en Egino, “qué poca confianza tienes en el dharma que nos sana”.

“La mejor defensa contra el virus es la fe”, ISIS.

“La virgen está exenta del contagio del coronavirus”, en el besamanos a la virgen en Sevilla.

No cabe duda que estas expresiones nos destroza el postmodernismo y nos acerca a una creencia medieval, mismas respuestas míticas que en “pestes” anteriores.

Y la muerte que llevaba tanto tiempo escondida, aparece sin ningún pudor en cada informativo. Llevábamos tanto tiempo escondiéndola que ahora es otra hermosa bofetada. Y no podemos despedirnos de los muertos cercanos. No importa el país, la lengua, la piel, todos enfermamos y morimos de la misma manera, si bien es cierto que a más desigualdad social más muerte y sufrimiento. En el Reino Unido y Estados Unidos, la muerte afecta dieciséis veces más a trabajadores no cualificados y de etnia. Y reaparecen las fronteras, “lo nuestro” y “lo otro”, “el norte y el sur”. Se hace indispensable en un mundo tan interdependiente una solidaridad internacional y “que *la mano invisible* de la economía de mercado, *la mano visible* del estado y *la mano intangible* de los valores, normas y virtudes cívicas vayan al unísono”, Adela Cortina, catedrática de Ética de la Universidad de Valencia.

Y esta crisis nos viene de un virus de cuatro letras (a,u,g,c), adenina, uracilo, guanina, citosina; recombinadas en doce (ccucggcgggca). Setenta millonésimas de milímetro. Su código genético cabe en cuatro páginas de un periódico. Su objetivo: abrir la cerradura de la célula humana, el receptor ACE2. Con veinte veces más éxito que el SARS. Una vez abierta inserta su código ARN y comienza a replicarse. Su tamaño, respecto al ser humano, como el de una gallina respecto al planeta tierra. Olé, el ser más diminuto que puede llevarnos a una enorme reflexión, a un enorme aprendizaje.

Decía Carolina Emcke: “Mi mayor inquietud es que no aprendamos nada de la crisis. Me preocupa sobre todo que este aprendizaje que estamos haciendo, doloroso y amargo, caiga en el olvido, que cuando todo haya pasado reconstruyamos nuestras sociedades con las mismas injusticias, con la misma inestabilidad”. Podemos reflexionar, qué duración tienen los cambios que se producen por efecto del miedo una vez que desaparece el motivo del mismo.

Y a la vez cuestionarnos cómo nuestro estilo de vida nos está llevando a una destrucción sistemática del planeta, cada vez es más frágil y vulnerable. Buen momento para cuestionarnos de qué forma los tres impulsores de la rueda del samsara: avidez, ira, ofuscación-ignorancia;

representadas bajo la forma de un gallo, de una serpiente y de un cerdo; estos tres venenos velan nuestra propia existencia y la existencia. Cuál es la razón profunda de lo que ocurre. Del por qué ocurre. Se habla muy poco de toda la red de causas y consecuencias que nos han traído hasta aquí. No podemos continuar con un irresponsable consumo que causa tanto daño ecológico a la tierra. Con esta depredación de arrase de diferentes hábitats naturales. Las vías del tren, las ciudades construidas en el Congo por los colonos belgas, permitieron que el lentivirus de los macacos se adaptara al cuerpo humano, convirtiéndose en el VIH. Cuando convirtieron los británicos el inmenso humedal de Guadarbans, en Bengala, en un inmenso arrozal, la bacteria acuática conocida como el cólera se propagó y ha provocado siete pandemias, la última en Haití. Hemos ido más allá de los límites naturales, éticos y humanos, ¿qué es lo que nos merecemos?, ¿somos una especie viable?, ¿es posible un profundo click de cambio?

Xabier Euskitze, periodista y bertsolari vasco ha sabido expresarlo muy bien: “Mientras tanto la vida sigue/ Y es hermosa/ Únicamente ha recluido en jaulas al género humano/ y quiere enviarnos un mensaje: / No sois necesarios. /El aire, la tierra, el agua y el cielo están bien sin vosotros. /Cuando regreséis, no olvidéis que sois mis invitados y no mis dueños/.

Un cambio real puede venir de la mano de un cambio de consciencia. De esa consciencia de unidad, al darnos cuenta de la profunda interdependencia con toda la vida, de que compartimos la misma esencia. “El bodhisattva despierto se manifiesta en el samsara, sin separarse del nirvana. Se sumerge en el océano de las emociones negativas para descubrir el tesoro del conocimiento”, Vimalakirti, El sutra de la libertad inconcebible.

Hemos llegado a recordar con cierta añoranza la hermosa pared blanca del dojo. La práctica de zazen y ese zafu con la postura auroral del no-miedo y el peso de una llama encima.