

cómo pensar bien sin ser un biempensante.

A rtesanía *del*
libro digital

septiembre 2020

adelal

*a*rtesanía *de*l libro digital

Fomentamos la cultura del bit, y la volcamos a papel (átomos) siempre que el objeto merezca el esfuerzo.

Bitaren kultura sustatzen dugu, eta paperean (atomoak) jaurtitzen dugu, obxetuak alegina merezi duen bakoitzean.

Fomentámo-la cultura do bit, e volcámo-la a papel (átomos) sempre que o obxecto mereza o esforzo.

Fomentem la cultura del bit, i l'aboquem a paper (àtoms) sempre que l'objecte mereixi l'esforç.

Nous encourageons la culture du bit et la rapportons sur papier (atomes) pourvu que l'objet en mérite l'effort.

We foster bit culture and convey it on paper (atoms) provided that the object deserves the effort.

GUIA AUDIOVISUAL

Let it be

(<https://www.youtube.com/watch?v=7P6X3IWLECY>)

déjalo ser. Cuando te sientas alterado, escucha a Madre Mari.

Celaya

(https://www.youtube.com/watch?v=q_b0myUpwpE (Paco Ibáñez)

<https://www.youtube.com/watch?v=iBNf7qPC4ko> (Serrat))

la poesía es un arma cargada de futuro

Aute

(<https://www.youtube.com/watch?v=yptVUbn3QZg>)

el pensamiento no puede tomar asiento

Laboa

(<https://www.youtube.com/watch?v=0NW7CZxOxhI>)

txoria txori, pero no sería un pájaro

Machado

(<https://www.youtube.com/watch?v=2DA3pRht2MA>)

caminante no hay camino

Luz Casal

(<https://www.youtube.com/watch?v=gdnVZE5I8Os>)

negra sombra que me asombra

Gloria Fuertes

(<https://www.youtube.com/watch?v=QIFaDOYBfCc>)

al borde del despertar

Manrique

(<https://www.youtube.com/watch?v=wUYu8uJSnw4> (Amancio Prada)

<https://www.youtube.com/watch?v=TZRkum-TAfA> (Paco Ibáñez))

recuerde el alma dormida que los ríos van al mar

García Calvo

(<https://www.youtube.com/watch?v=8RsrRmPLxfg>)

libre te quiero pero no mia

Hernández

(<https://www.youtube.com/watch?v=9ZpGgY9dnzl>)

elegía, que tenemos que hablar de muchas cosas

Hernández

(https://www.youtube.com/watch?v=G9Qf0-S_IOQ)

por una senda dejando un olor de manos

Neruda

(<https://www.youtube.com/watch?v=PrE-d3yNcx4>)

tu risa una espada fresca

Violeta

(<https://www.youtube.com/watch?v=Oe1o13Clv4>)

los diecisiete que todo cambia el momento

Beethoven

(<https://www.youtube.com/watch?v=KFzXUqzvAFI>)

(<https://www.youtube.com/watch?v=54nV3O3XvcU>) versión gráfica.

la quinta fortuna de poseer una amistad

Calderón

(<https://www.youtube.com/watch?v=JQIDe5CGk90>)

el sabio mísero y rico

soledad

San Juan

(<https://www.youtube.com/watch?v=0-pRohjVdvl>)

cántico la blanca palomica

Alfaya ()

a su lado más desinteresado

Yupanqui

(<https://www.youtube.com/watch?v=4UUyR4DTthg>)

los horneros dueños del campo

muerte

Epicuro (https://www.youtube.com/watch?v=VYqPW_KvFKI)

Meneceo nada nos pertenece

Koraku () las gotas alegres del vapor

Tagore () la lámpara inútil al amanecer

Tagore () las estrellas que impiden ver.

Manual para el buen pensar

(que no pesar) **reposado**

o cómo pensar bien sin ser un biempensante.

Consideraciones previas.

Como “*el hombre es la medida de todas las cosas (Protágoras)*”, necesitamos una proporción adecuada en cada momento que nos indique qué mejor hacer.

Ser la medida de todo es como decir que estamos en medio de todo: entre el cielo y la tierra (tao), el norte y el sur, el este y el oeste, el pensamiento y la acción.

Como tampoco es cosa de pensar más de la cuenta (hay que evitar todo exceso), este manual es para aplicar día sí día no, o bien cuando necesitemos una guía para una determinada acción.

Consideraciones prácticas.

Rematar tareas calma el ansia.

El orden da energía.

Respirar-reposar recarga el qi que circula. Let it be

Paradójicamente la mejor guía de pensamiento será
la poesía.

Cuando el hombre sea libre, la política será una canción.
León Felipe

Porque vivimos a golpes, porque apenas sí nos dejan
decir que somos quién somos,
nuestros cantares no pueden ser sin pecado un adorno
estamos tocando el fondo.

Maldigo la poesía concebida como un lujo
cultural por los neutrales
que lavándose las manos se desentienden y evaden.
Maldigo la poesía del que no toma partido
partido hasta mancharse.
Gabriel Celaya

El pensamiento no puede tomar asiento.
Eduardo Aute

Lo más esencial: todo cambia. Lo sabemos desde el Tao. Lo confirma la filosofía peripatética que Nietzsche corrobora: sólo son admisibles los pensamientos surgidos en el paseo, en el movimiento.

Hegoak ebaki banizkio nerea izango zen
ez zuen aldegingo.
bainan, honela ez zen gehiago txoria izango
eta nik... txoria nuen maite.

Si le cortara las alas, sería mio,
no se iría.
Pero así nunca más sería un pájaro,
y yo al que amaba era al pájaro
Mikel Laboa

Hay que cuidar que los cambios no modifiquen la estructura de lo que queremos cambiar. El proceso del

cambio es un camino que al recorrer da dolor pero permite alcanzar objetivos que no están, se hacen.

Caminante no hay camino,
se hace camino al andar
golpe a golpe, verso a verso

Antonio Machado - Serrat

La prisa no es buena consejera. Kavafis nos recuerda que no siempre el objetivo es lo más importante. A veces lo óptimo es enemigo de lo bueno.

Quan surts per fer el viatge cap a Ítaca,
has de pregar que el camí sigui llarg,
ple d'aventures, ple de coneixences.

Cuando vayas a Ítaca
ruega que el camino sea largo,
lleno de aventuras y conocimiento.

Kavafis - Lluís Llach

En ocasiones la nube nos impide ver el sol.

Cando penso que te fuches,
Negra sombra que me asombras,
Ó pé dos meus cabezales,
Tornas facéndome mofa.

Rosalía - Luz Casal

Y como que nos invitan a la renuncia. Pero siempre
hay un punto de inflexión.

Soy alta;
en la guerra
llegué a pesar cuarenta kilos.
He estado al borde de la tuberculosis,
al borde de la cárcel,
al borde de la amistad,
al borde del arte,
al borde del suicidio,
al borde de la misericordia,
al borde de la envidia,
al borde de la fama,
al borde del amor,
al borde de la playa,
y, poco a poco, me fue dando sueño,
y aquí estoy durmiendo al borde,
al borde de despertar.

Gloria Fuertes

Conviene recordar que el camino siempre irá a dar a la mar.

Recuerde el alma dormida,
avive el seso y despierte
contemplando
cómo se pasa la vida,
cómo se viene la muerte
tan callando,
cuán presto se va el placer,
cómo, después de acordado,
da dolor;
cómo, a nuestro parecer,
cualquiera tiempo pasado
fue mejor.

...

Nuestras vidas son los ríos
que van a dar en la mar,
que es el morir;
allí van los señoríos
derechos a se acabar
y consumir;
allí los ríos caudales,
allí los otros medianos
y más chicos,
y llegados, son iguales
los que viven por sus manos
y los ricos.

Jorge Manrique(1440-1479) - Serrat

Y queremos llegar por vías propias, sin imposiciones.

Libre te quiero,
como arroyo que brinca
de peña en peña.
Pero no mía.

...

Pero no mía
ni de Dios ni de nadie
ni tuya siquiera.

Agustín García Calvo. Zamora 1926-2012 - Amancio Prada

No conviene obviar el dolor que el cambio provoca.
Más bien permitirle que aflore productivo.

Yo quiero ser llorando el hortelano
de la tierra que ocupas y estercolas,
compañero del alma, tan temprano.

...

Tanto dolor se agolpa en mi costado
que por doler me duele hasta el aliento

...

A las aladas almas de las rosas
del almendro de nata te requiero,
que tenemos que hablar de muchas cosas,
compañero del alma, compañero.

Elegía. Miguel Hernández - Serrat

Vienen de los esfuerzos sobrehumanos
y van a la canción, y van al beso,
y van dejando por el aire impreso
un olor de herramientas y de manos.

Por una senda. Miguel Hernández - Amancio Prada

Sabiendo que, de tarde en tarde, aparecen
consuelos gratificantes.

 Mi lucha es dura y vuelvo
 con los ojos cansados
 a veces de haber visto
 la tierra que no cambia,

 pero al entrar tu risa
 sube al cielo y me busca
 y abre para mí todas
 las puertas de la vida.

 Amor mío, si vieras,
 si vieras que de pronto
 mi sangre cae y mancha
 las piedras de la calle,

 ríe, por que tu risa
 será para mis manos
 como una espada fresca
 en las horas oscuras

 Ríete de la noche,
 del día, de la luna,
 ríete de este torpe
 muchacho que te quiere,

 niégame el pan, el aire,
 la luz, la primavera,
 pero tu risa nunca
 por que me moriría.

Tu risa. Neruda. Olga Manzano y Manuel Picón

Aprender que el momento, cual sabio
condescendiente, todo lo vuelve a cambiar en un plis-
plás.

Lo que puede el sentimiento
no lo ha podido el saber
ni el más claro proceder
ni el más ancho pensamiento
todo lo cambia el momento
cual mago condescendiente
nos aleja dulcemente
de rencores y violencia
solo el amor con su ciencia
nos vuelve tan inocentes.

Volver a los diecisiete. Violeta Parra

Alegrándonos de poder cantar junto a “Quien haya alcanzado la fortuna / de poseer la amistad de un amigo”

Freude, schoener Goetterfunken,
Tochter aus Elysium,
Wir betreten feuertrunken,
Himmlische dein Heiligtum!

¡Alegría, hermosa chispa de los dioses
hija del Elíseo!
¡Ebrios de ardor penetramos,
diosa celeste, en tu santuario!

*Deine Zauber binden wieder,
Was die Mode streng geteilt;
Alle Menschen werden Brueder,
Wo dein sanfter Fluegel weilt. (bis)*

*Tu hechizo vuelve a unir
lo que el mundo había separado,
todos los hombres se vuelven hermanos
allí donde se posa tu ala suave. (bis)*

Wem der grosse Wurf gelungen,
Eines Freundes Freund zu sein,
Wer ein holdes Weib errungen,
Mische seine Jubel ein!

Quien haya alcanzado la fortuna
de poseer la amistad de un amigo, quien
haya conquistado a una mujer deleitable
una su júbilo al nuestro.

Himno a la alegría. 9ª Beethoven - Schiller

Y sin olvidar de vez en cuando de volver la vista
atrás

Cuentan de un sabio que un día

tan pobre y mísero estaba,

que sólo se sustentaba

de unas hierbas que cogía.

¿Habrá otro, entre sí decía,

más pobre y triste que yo?;

y cuando el rostro volvió

halló la respuesta, viendo

que otro sabio iba cogiendo

las hierbas que él arrojó.

La vida es sueño. Calderón de la Barca.

Hay dos momentos en ese caminar que conviene
analizar con mayor detalle, la **soledad** y la **muerte**, y la
poesía sigue siendo la mejor guía del buen
pensamiento.

Soledad

Varias formas de encarar la soledad.

Degustando la versión musicalizada por Amancio Prada de los versos 160-170 del cántico espiritual, cuando la paloma que ha soltado Noé ese día desde el Arca, vuelve con una ramita de olivo.

La blanca palomica
al arca con el ramo se ha tornado,
y ya la tortolica
al socio deseado
en las riberas verdes ha hallado.

En soledad vivía,
y en soledad ha puesto ya su nido,
y en soledad la guía
a solas su querido,
también en soledad de amor herido.

Cántico espiritual. San Juan de la Cruz - Amancio Prada

Buscando las vueltas irónicas de José María Alfaya. A todo se le puede encontrar su lado bueno.

A su lado

Es capaz de amargarte la vida sin causa aparente;
De curarte el dolor de esa herida que deja el amor.
Su silencio es, a veces, molesto; otras sugerente.
Hay momentos en que la detesto sin que haya razón.

La he querido y la quiero. En los años que llevo con ella
No me ha hecho sentirme un extraño en mi propio hogar.
A pesar de que le he sido infiel aún conservo su huella.
Hoy, por ella, no piso un burdel ni me embriago en el bar.

**Porque no he conocido otro amor más desinteresado
Que el que tengo viviendo a su lado aunque no haya
pasión.**

Porque calla cuando hay que callar, porque es sabia y
prudente...
Pero sé que el común de la gente no la puede aguantar.

La conozco desde que era un niño y ella una señora;
Una dama con mango de armiño en la que encontré
El cariño que no recibí, ni entonces ni ahora,
de mujeres que hicieron de mí lo que no quise ser.

A mis años no espero un idilio nuevo y excitante.
Me conformo buscando el auxilio de su corazón.
Ella sabe de mi cuanto debe saber una amante.
Ella nunca pregunta por qué ni me dice que no.

Porque no he conocido otro amor más desinteresado
Que el que tengo viviendo a su lado aunque no haya pasión.
Porque calla cuando hay que callar y habla cuando es preciso.
Para mí no hay mayor paraíso que el de mi soledad.

Catalán en castellano. José María Alfaya

Dejándonos empapar por la sana envidia de la
compañía perdida que propone Yupanqui.

Canción de los horneros

En la cumblera de mi rancho
anidaron dos horneros
y yo parezco un extraño
y el rancho parece de ellos

Dentro solo, salgo solo,
siempre solo voy y vengo
juntos los hallo por el campo
y el campo parece de ellos.

La canción de los horneros. Atahualpa Yupanqui.

Muerte

La impotencia que promueve la muerte merece la más fría consideración de argumentos irrefutables que ofrece tanto la poesía como la filosofía.

La muerte, pues, el más horrendo de los males,
nada nos pertenece; pues
mientras nosotros vivimos, no ha venido ella;
y cuando ha venido ella, ya no vivimos nosotros.

Epicuro. *Carta a Meneceo*.

Un baño de humildad que nos recuerde lo nada
que somos en el vasto universo.

La alegría de las gotas de rocío
en la hierba cuando van
transformándose de nuevo en vapor.

Koraku. Filósofo zen. 1837

O la esperanzada promesa de autores crédulos sin
ribetes beatos.

La lámpara

La muerte no es apagar la luz
es apagar la lámpara
porque ha llegado el amanecer.

Rabindranah Tagore

El mismo Tagore que nos consuela con argumentos igualmente irrefutables.

Si de noche lloras por no ver el sol,
las lágrimas no te dejarán ver las estrellas.

Rabindranath Tagore