

# Las puertas de los sentidos

Xavier MELLONI\*

Cada uno de nosotros es un mundo dentro del Mundo. Este contacto se establece por los sentidos: salimos al Mundo y entramos a nuestro mundo a través de esas cinco puertas. Los orientales abren una sexta: la mente, algo que Zubiri integraría en las otras cinco hablando de la inteligencia sentiente, es decir, que toda percepción sensitiva del mundo es siempre, en el ser humano, ya una percepción interpretada, es decir, una sensación inteligente.

Por esas puertas de los sentidos salimos de nosotros mismos hacia el Mundo, a la vez que el Mundo entra en nosotros. Atender al modo como transitamos estas oberturas es esencial para crecer en un modo transparente de existir. Porque hay un modo de entrar y salir por ellas que puede hacerse de manera autocentrada y depredadora o de manera agradecida y generadora de comunión. Tal es la diferencia entre sensualidad y sensibilidad, una distinción con frecuencia poco reflexionada: la sensualidad implica una avidez y una dependencia del placer que provocan los sentidos, mientras que la sensibilidad es la receptividad de la realidad a través de los órganos de la percepción, afinados en sus múltiples registros. Como dice un proverbio oriental, para una persona sin control de sí misma los sentidos son sus peores enemigos; pero para una persona que se ejercite en el autodomínio se convierten en sus mejores amigos. Vivimos, sin embargo, en una cultura que los exagera, que los satura, en lugar de desarrollarlos.

Pero todavía hay más: atender al uso de los sentidos se puede concebir como un ejercicio iniciático. Ejercicio iniciático en tanto que hay un modo contemplativo de estar en el mundo que nos capacita para percibir a Dios como Presencia primera y constitutiva de la Realidad, latiendo en todas las cosas. Porque, en definitiva, lo que nuestros ojos quieren ver, lo que nuestros oídos quieren oír, lo que nuestro tacto quiere palpar... es el Rostro-más-allá-de-los-rostros que se manifiesta a través de las formas. Así pues, los sentidos no son sólo puertas entre nuestro mundo interno y el Mundo exterior, sino umbrales que abren al Transmundo que late en el mundo y al que sólo se puede llegar a través del mismo mundo.

Tal concepción iniciática de los sentidos supone que el **mundo fenoménico no es estorbo, sino manifestación de la Presencia última que late en las cosas**. Se trata de percibir por los sentidos que el mundo es **incandescencia de Dios**; o, dicho de otro modo, de descubrir la dimensión sagrada de toda experiencia sensible<sup>1</sup>. Así pues, las reflexiones y el trabajo que aquí proponemos no están tanto en la línea de San Juan de la Cruz –«no quieras enviarme / de hoy más ya mensajero / que no saben decirme lo que quiero»<sup>2</sup>– cuanto en el clima de la contemplación ignaciana del Dios presente en todos los elementos (Ejercicios Espirituales, 235-237). Es decir, de Dios danzando en su Creación, revelando la Creación como danza de Dios, mostrándola como inseparable de Aquel que se manifiesta en su danza. Ahora bien, para captar esto hay que estar muy atento al modo como estamos en el mundo. En la tradición ignaciana, esta percepción se prepara, de algún modo, a través de la Aplicación de sentidos [EE, 121-126] sobre las escenas evangélicas. Lo que aquí presentamos es la aplicación de sentidos sobre las escenas del mundo para percibir la Presencia del Invisible, que revelan al mundo como misterio y transparencia.

Vamos a recorrer cada una de estas seis puertas –incluimos, pues, la puerta oriental de la mente– tratando de mostrar cómo hay un modo de ver, de oír, de oler, de gustar, de tocar y de pensar que nos encierra y encierra en nuestro pequeño mundo opaco y autocentrado, mientras que hay otro modo que nos abre y despliega al Mundo, y que lo va revelando como presencia y transparencia de Dios.

Comenzaremos por aquel sentido que tal vez sea el sentido por antonomasia: el ver.

## Ver

Disponemos de dos verbos que usamos casi indistintamente en torno a la vista: **ver** y **mirar**. El lenguaje tiene sus razones, y el hecho de que existan estos dos términos no se debe a un derroche de palabras, sino a la riqueza de matices que el lenguaje encierra. Ver hace referencia al impacto espontáneo que reciben los ojos, mientras que mirar indica la concentración de ese acto de ver. Sucede que con demasiada frecuencia **miramos sin ver**. Esto es: al tener una idea preconcebida de lo que queremos ver, buscamos fuera lo que sólo tenemos en nuestra mente, impidiendo así que la realidad se nos revele como es. Ese «querer ver» es lo que, de hecho, nos impide ver. En lugar de ver, miramos. Pero mirando, no vemos. Nuestra imagen preconcebida se interpone entre nosotros y la exterioridad, separándonos entre un sujeto que mira y un objeto en el mundo que es mirado. Esta separación es lo que **nos impide la revelación**.

En la espiritualidad Zen se habla de la diferencia entre la **mirada-flecha** y la **mirada-copa**. La mirada-**flecha** es inquisitiva, discriminadora, analítica, afilada como la punta de una flecha, que excluye todo lo que no le conduce a su objetivo. Se trata de una mirada o actitud útil para ciertas dimensiones de la vida, pero debe ir acompañada por otra mirada que no sea **hija de la necesidad o del interés**, sino de la gratuidad: la **mirada receptiva**, abierta como una **copa**, que no taladra el mundo, sino que lo acoge en sí. Tal es el ver.

**Dos son los obstáculos** que se interponen en el desarrollo de esta mirada-copa: desde dentro, el **mundo de los deseos**; desde fuera, la **saturación de imágenes** de nuestra cultura mediática. Respecto a lo primero, los deseos por los que estamos habitados son impulsos que condicionan nuestro mirar, bien sea porque los dirigen, bien porque los bloquean. **Educar la mirada** significa **educar los deseos**: evitar que sean ellos los que pongan contenido a nuestro ver y, en lugar de ello, tratar de **silenciarlos** para que se revele la Presencia en el fondo de las personas y de las cosas.

Por otro lado, hemos de hacer frente al segundo obstáculo: vivimos en una **cultura de imágenes construidas**, no recibidas, arrojadas a nuestros ojos con fines mercantilistas. Nuestro ver está saturado, y ello nos obliga a **defendernos de los impactos visuales** con que nos bombardean. Estar sometidos a tal selección nos hace perder la inocencia, es decir, la capacidad de estar simplemente receptivos y de acoger.

Para reparar la sobresaturación de imágenes disponemos de **dos ejercicios** que están a nuestra disposición. El primero trata de disponer de **tiempos prolongados en los que ejercitar la mirada gratuita**. Tal vez el espacio privilegiado para ello sea la **naturaleza**, con sus múltiples matices de colores y formas que se ofrecen sin imponerse, portadores de la presencia de su Hacedor. Así, en **contemplación desinteresada y distendida**, la mirada-flecha se va convirtiendo en mirada-copa, la cual poco a poco se va disponiendo para captar la dimensión divina de la realidad. El segundo ejercicio es la **oración practicada con ausencia de imágenes –cerrando los ojos–**, o la **concentración en una sola imagen** que remita a la Imagen por excelencia, al Rostro de los Rostros, «por quien y en vista de quien todo fue hecho» (Col 1,16), y del que toda forma toma su forma: Cristo Jesús. Ante esta única Imagen se va desarrollando el grado más alto y más hondo de aquella mirada-copa, lo que podríamos llamar la **mirada icónica**: si al comienzo uno era el que miraba, cuanto más se va entregando y perdiendo en ese mirar, tanto más va descubriendo que, en el fondo, es él el que es mirado. Ese mirar ya no es posesivo, sino oblativo, y por ser oblativo deviene unitivo: el que mira y el que es mirado se hacen uno.

## Oír

Algo semejante a lo que hemos dicho sobre el ver y el mirar podemos decir a propósito del oír y el escuchar: oír hace referencia al acto simple, desnudo, de percibir un sonido; escuchar es el acto reflejo, consciente, atento, de ese oír. Sucede que con frecuencia escuchamos sin oír, del mismo modo que también oímos sin escuchar.

Escuchar sin oír sucede cuando nos esforzamos por confirmar nuestras ideas en lo que dicen los demás, provocando que el decir del otro se convierta en el mero eco o murmullo del propio pensamiento. Por querer escuchar algo preciso, se obstaculiza el simple oír. Cuenta un relato Zen que un discípulo se quejaba continuamente a su Maestro de estar ocultándole el último secreto para alcanzar la iluminación. El Maestro, sin embargo, no tenía la más mínima intención de ocultarle nada. Un día, maestro y discípulo salieron a pasear juntos por el bosque. Mientras caminaban, oyeron cantar a un pájaro. «¿Has oído el canto de ese pájaro?». «Sí», respondió el discípulo, comprendiéndolo todo de repente. «Bien, ahora ya sabes que no te he estado ocultando nada», le dijo el Maestro. «En efecto», asintió el discípulo.

La pregunta del Maestro no es: «¿has escuchado?», sino simplemente: «¿has oído?». Si el discípulo hubiera querido escuchar el canto del pájaro, no lo habría oído, porque su propia avidez y tensión le habría bloqueado. Oír, simplemente oír, sin interponer nada más, ni siquiera el deseo de querer oír, es un acto puro, por el cual el mundo –como a través de los otros sentidos en estado de inocencia– recobra su condición paradisíaca, es decir, teofánica. Lo que nos separa del oír –como de aquel ver– son los ruidos internos que distorsionan esa receptividad. Y esas distorsiones están en el querer captar, atrapar, comprender...

Ahora bien, en el ámbito de las relaciones humanas hemos de invertir los términos y decir más bien que oímos sin escuchar, porque en este terreno lo que acontece no es tanto el obstáculo de un escuchar selectivo cuanto el abandono del interés por el otro. Nos llegan sonidos del hablar ajeno, oímos sus ruidos, pero no sus palabras. Las palabras sólo se abren con la escucha. La escasez de escucha en la comunicación humana actual es a la vez causa y consecuencia de ese exceso de palabras que padecemos. Causa, porque al no sentirnos escuchados pensamos que hablando más tal vez conseguiremos hacer llegar algo a nuestro interlocutor. Consecuencia, porque ante tal torrente de palabras optamos por no escuchar, ya que no somos capaces de asimilar tanta información.

¿Cómo restaurar en nosotros la doble capacidad de oír y de escuchar? El oído se restablece por tiempos gratuitos en los que impregnarse de música y de los sonidos de la naturaleza: el crepitar del fuego, el correr de un río, el trinar de las aves, la brisa meciendo las hojas y las ramas de los árboles... La escucha, en cambio, se restaura en el Silencio, en la capacidad de acoger en silencio a Aquel que habla desde el Silencio. Tras horas y horas de estar ahí callando, tan sólo escuchando, se acaba oyendo la Palabra de la que brota toda otra palabra humana. En una cultura del ruido como la nuestra, nos aterra el Silencio, porque lo confundimos con el mutismo. Unos oídos saturados de ruido no pueden percibir el sonido del Silencio. Quizá la imagen de ello sea esa música-máquina que traspúa a través de los walkmans de vecinos cada vez más frecuentes en nuestros transportes públicos. La inquietud se resuelve con más inquietud.

En un entorno así, cuando nos quedamos en silencio, se nos revelan todos nuestros ruidos internos, que antes nos pasaban desapercibidos. El Silencio es un ejercicio iniciático, es decir, un proceso complejo de muerte-resurrección. Cuando con tesón y constancia –y también con confianza– se consiguen pacificar ruidos y otras voces, el Silencio se va revelando Palabra. Quien se ejercita en el Silencio se convierte en un gran oyente, y la calidad de su escucha al hablar humano es tal, que aquellos que hablan con él o con ella sienten recuperar el valor de sus propias palabras, las cuales también se van lentificando y densificando como fruto de ser de tal modo oídas y escuchadas, es decir, recibidas y acogidas.

El modo de hablar de Dios es como su escucha: en silencio. Dios es la Palabra y, al mismo tiempo, el gran Oyente, que acoge nuestras palabras dispersas, despeinadas, inquietas, y les va restituyendo su profundidad. Quien se ha ejercitado en oír y escuchar el Silencio es capaz de entender lo que no es dicho. Así, ese mismo silencio capacita para oír y escuchar la voz de los sin-voz. El Silencio solitario posibilita el oído solidario con todos los silenciados de la Tierra. Nuestro mundo tiene hoy más necesidad que nunca de Silencio, para que el oír humano recobre su doble capacidad de escucha.

## Gustar

El sentido del gusto está relacionado con un acto tan vital y elemental de nuestro existir como es el comer. Comiendo, introducimos la vida de otros seres dentro de nosotros para mantenernos en vida. Así, el gusto siente cómo la vida ajena entra dentro de nosotros para darnos vida o para darnos muerte. Se trata, pues, de un sentido muy íntimo, situado en el paladar, en el umbral de nuestra cueva. El gusto discierne la exterioridad que se adentra. Discernimiento vital, ya que nos va la vida en ello.

Por otro lado, el gustar está asociado a la primera de las etapas del crecimiento humano descritas por Freud: la fase oral. La vida comienza por la boca. Ahora bien, podemos quedar atrapados para siempre en ese succionar primitivo de nuestra infancia, y pasarnos la vida absorbiendo, devorando, tragando, sin haber aprendido a gustar. El gusto cambia la cantidad por la calidad, la avidez por el deleite, la voracidad por el sabor. A decir de San Ignacio, «no el mucho saber harta y satisface al ánima, mas el sentir y gustar de las cosas internamente» (EE, 2). Sentir, gustar, saber internamente...: todo ello opuesto al tragar, hartar, exteriormente satisfacer... No es casual que en la tradición espiritual el discernimiento sea considerado como un gusto interno: «el sentido del espíritu es el gusto preciso de lo que se discierne» dice Diadoco<sup>3</sup>.

Y del sabor (sapor) viene también el saber (sapere), y del saber, la sabiduría (sapientia), tanto etimológica como existencialmente. Es sabio/a aquel/la que sabe gustar de las cosas pequeñas de cada día, comenzando por el pan tierno de la mañana y el café con leche caliente. Ejercitando cotidianamente la dimensión física del gusto, podemos acceder a capas más profundas del ser. Ahí radica su ejercicio iniciático, un ejercicio que no ocupa tiempo, sino que requiere atención. Como dice el Maestro Eckhart, «quien tiene a Dios en la lengua encuentra en todas las cosas el gusto de Dios».

El ejercicio iniciático del gusto adquiere un carácter sacramental en la Eucaristía: un mínimo de sabor para un máximo de Presencia. El Cuerpo de Cristo no es devorado ni tragado, sino que lentamente va deshaciéndose, lentamente deslizándose, lentamente haciéndose ser de mi ser para que yo me vaya haciendo ser de su Ser.

## Oler

De los cinco sentidos, tal vez sea el olfato el que tenga una mayor capacidad evocadora. Sin duda, habremos sido alguna vez sorprendidos por algún olor que ha hecho emerger en nosotros escenas olvidadas en algún lugar recóndito de nuestra memoria. Por otro lado, todos sentimos una atracción espontánea por los perfumes y una repulsión visceral por las pestilencias. Insultar a alguien llamándolo «perro», a pesar de tratarse de un animal entrañable y de estar considerado «el mejor amigo del hombre», se debe precisamente a la repulsión que nos causa el hecho de que huela sus propias heces. En otro orden de cosas, en el mundo de la publicidad, los anuncios de perfumes son los que tienen unas evocaciones eróticas más explícitas. Ello indica que el olfato remite a un instinto básico muy primario.

El olfato también está presente en el espacio sagrado. El antiguo uso del incienso en las celebraciones muestra que la Liturgia era un lugar donde el cosmos era convocado a través de los cinco sentidos, para ser recreado. Ese incienso, cada vez más escaso en nuestras liturgias –o utilizado ideológicamente–, ha sido recuperado en los lugares más inverosímiles gracias a esas pequeñas varillas venidas de Oriente. Entre los olores inhóspitos del metro, podemos vernos sorprendidos por una ráfaga de aroma procedente de una mesita donde se venden velas, objetos e imágenes de las religiones más diversas. Una brecha de misterio en el corazón de nuestras cavernas urbanas...

El ejercicio iniciático del olfato está asociado a la emanación de las personas y de la calidad ambiental que un espacio humano o natural desprende. Lo que otros sentidos tal vez no pueden percibir, lo percibe el olfato. El olfato, en este sentido, es cercano al discernimiento. De alguien que tiene intuición se dice que «tiene olfato». Porque las personas, como los grupos y los ambientes, desprendemos emanaciones, es decir, emanamos aquello que nos habita. Ya San Pablo habló de «esparcir por todas partes la fragancia del conocimiento de Cristo» (2 Cor 2,14) y de ser «fragancia de Cristo para Dios» (2 Cor 2,15); y San Ignacio, de «oler la infinita suavidad y dulzura de la Divinidad» [EE, 124]. Por el olfato,

pues, podemos discernir de qué están habitadas las personas y situaciones, a la vez que percibir el grado en que están cargadas o vaciadas de Presencia. No para juzgar, sino para orientarnos y poder orientar.

## Tocar

Por medio del tacto, en cambio, nos aproximamos a lo más rudimentario de la forma, que es su tangibilidad. Palpando nos cercioramos de la presencia de las cosas. Pero en ese mismo tocar está contenida la compulsión de poseer, de apropiarse, de retener lo que —o aquel/la que— ha sido tocado.

En los Evangelios, a través del personaje de María Magdalena, encontramos toda una pedagogía del tocar. Su condición inicial de prostituta remite a la dimensión sensual y autocentrada del tacto: el placer que provoca no conduce a la libertad, sino a la dependencia y a la esclavitud, a la utilización del otro como mero objeto del deseo. Este primer uso del tacto es sanado en María cuando le es permitido ungir los pies de Jesús y secarlos con su cabellos (Lc 7,37-38). Se trata de una sanación homeopática: a través del mismo gesto que hasta entonces habría tenido en ella una carga erótica o sensual, María es liberada y elevada de nivel: el rito de sometimiento se convierte en gesto de agradecimiento; el rito de posesión se convierte en gesto de donación, y todo ello no por la supresión o represión del tocar, sino a través de ese mismo tacto, pero de tal modo ahora tocando, que el objeto del deseo se convierte en Persona que desplaza la compulsión del placer en ofrenda. Así, la sensualidad es transmutada en sensibilidad.

Consolidada esa etapa, María tendrá que dar un paso más. Tras el acontecimiento pascual, descubrirá que, si bien hay un tiempo para tocar, hay también un tiempo para dejar de hacerlo y aprender a dejar ir, a soltar. Ello le es dado ante el sepulcro vacío, después de llorar desconsoladamente por haber perdido la posibilidad de palpar ni siquiera el cadáver de Jesús. Cuando Jesús resucitado se presenta ante ella, María se abalanza sobre Él. Pero Jesús le dice: «María, no me toques» (Jn 20,17), significando: «María, no me retengas, no me poseas, soy el de antes, pero de otro modo que antes». Es decir, se produce una segunda transfiguración de la tangibilidad, abriéndola propiamente a su dimensión trascendente, aquella que también tuvo que descubrir Tomás cuando aún quería tocar (Jn 20,25-29).

El contacto con la naturaleza es un ámbito en el que poder practicar el primer cambio de nivel: en lugar de la sensualidad de espumas y jabones, de duchas demasiado largas de agua caliente, de camas demasiado blandas y sábanas demasiado suaves, que van atrofiando y entumeciendo, la libertad de caminar con pies descalzos por la hierba o por la arena, palpar la corteza de un árbol y abrazarlo, acariciar entre los dedos una hoja, los pétalos de una flor... La paradoja de nuestra sociedad es que, rodeándonos de objetos y productos cada vez más sofisticados, nos vamos incapacitando y atrofiando para el contacto físico. Nuestro miedo a tocarnos es el reverso de nuestra sensualidad: como nuestro tacto no es puro, sino autocentrado y tentacular, no nos dejamos tocar, porque nos sentimos profanados. Esta incapacidad para el contacto se hace especialmente dramática con los enfermos y en el ambiente frío de los hospitales: los pacientes aislados en habitaciones asépticas, conectados por mil tubos a la vida, pero separados del calor humano, porque sólo sabemos tocar para usar o succionar, y no para comunicar y entrar en relación.

En el marco litúrgico, una ocasión privilegiada para transfigurar el sentido del tacto es el momento de darse la paz. Un gesto que nos pasa demasiado desapercibido y que, de hacerlo con atención, poseería una gran capacidad sanadora y regeneradora: acoger a la persona que tengo a mi lado a través del contacto de las manos. Cuando doy la mano, me estoy abriendo y confiando a la otra persona, del mismo modo que ella lo está haciendo conmigo. Este gesto, en cambio, lo solemos hacer tímida o mecánicamente, sin mirarnos a los ojos, sin darnos tiempo para palpar esa mano que nos recibe y que recibimos. El ejercicio sereno y continuado de tomar la mano del hermano/a nos capacitaría para besar a marginados y mendigos. Recuérdese, si no, al joven Francisco, hijo mimado de comerciantes de Asís, nacido entre sedas y paños mórbidos, con terror a los leprosos, porque la exacerbación de sus sentidos buscaba sólo placer. Cuando la rudeza de la pobreza educó su tacto, ese tacto le capacitó para besar y cuidar de los pobres y leprosos. Es decir, el ejercicio de la sensibilidad conduce a la sensibilidad, opuestas al bloqueo que produce la sensualidad.

Por último, nos queda presentar el pensar, considerado como el sexto sentido en Oriente.

## Pensar

Dice un proverbio chino que «cuando los ojos son liberados, se comienza a ver; cuando los oídos son liberados, se comienza a oír; cuando la boca es liberada, se comienza a gustar; y cuando la mente es liberada, se alcanza la sabiduría y la felicidad». ¿Liberados de qué? De la autorreferencia. Quizá la peor enfermedad que padezca Occidente sea la de haber perdido la capacidad de asombro y de agradecimiento, es decir, la capacidad de apertura a lo otro, a los otros y al Otro. Lo que dice el proverbio chino, como el comienzo del libro del Génesis, es que el estado original de los sentidos y de la mente es la contemplación y la admiración, y no la devoración o la sospecha. La existencia, antes que ser un problema, es una ofrenda. Una ofrenda que Dios nos hace. Tal ofrenda se despliega con la propia ofrenda. De este modo, pensar la realidad es recibirla; o, lo que es lo mismo, pensar es agradecer («denken ist danken»), a decir de Heidegger.

Así, la inteligencia está llamada a «sentir» el mundo como Tabernáculo de una Presencia. Esa Presencia se manifiesta cuando la persona, convertida ella misma en ofrenda, transita por sus sentidos no para arrebatar ni devorar el mundo, sino para acoger y recibir lo que le es entregado. El pensar teológico deviene entonces discernimiento –conocimiento sentiente– de esa Presencia adviniente, tanto más transparente cuanto el modo de estar en el mundo se hace más oblativo y menos devorante.

Para ello hemos visto la importancia del ejercicio cotidiano de los sentidos, susceptibles de convertir en sagrada la aparente profanidad del mundo. También hemos visto que la liturgia y los relatos de la resurrección son excelentes ocasiones para presentir esa Presencia: porque tanto en la resurrección corporal de Cristo como en los sacramentos, los sentidos son convocados a la vez que transformados. A través de ellos alcanzamos una forma de ver, oír, oler, palpar, gustar... que abre a la percepción de esa Presencia y a la revelación del sacramento del hermano.

De este modo, en el mundo y a través del mundo podemos recrear la experiencia de los primeros discípulos: «Lo que era desde el principio, lo que hemos oído, lo que hemos visto con nuestros ojos, lo que hemos contemplado y lo que nuestras manos han palpado acerca de la Palabra de la vida. Pues la vida se manifestó, y hemos visto y testificamos y os anunciamos la vida eterna que estaba en el Padre y se nos manifestó» (1 Jn 1,1-2).

\* Jesuita, Profesor del Instituto de Teología Fundamental, Colaborador de EIDES. Manresa (Barcelona).

1. Cf. Karlfried GRAF DÜRCKHEIM, *Hacia la vida iniciática. Meditar, por qué y cómo*, Ed. Mensajero, Bilbao 1989.

2. *Cántico Espiritual*, 6.

3. DIADOCO DE FOTICEA (siglo V), *Cien capítulos espirituales*, 30. Es uno de los autores recogidos en la Filocalia. Su obra es un excelente complemento, desde la sensibilidad oriental, a la tradición ignaciana del discernimiento de espíritus.