



Parques de Estudio y Reflexión  
**Los Manantiales**

# EL HUMOR EN EL ESTILO DE VIDA

Juan Aviñó

# El Humor en el Estilo de Vida

*“La risa eleva el corazón, el humor eleva el corazón. Eso es así, seguro. Yo creo que vamos bien por ahí. Pero bueno, se aprende a reír también, una parte es espontánea, pero la actitud de uno, de buscar el humor y eso..., me parece que es algo que se puede aprender. Es un enfoque de la vida, es un modo de ponerse frente a las cosas.”<sup>1</sup>*

## Índice.

- A. [Encuadre](#)
- B. [Interés](#)
- C. [Términos](#)
- D. [El humor en las religiones](#)
  - [En el budismo](#)
  - [En el judaísmo](#)
  - [En el cristianismo](#)
  - [En el islamismo](#)
- E. [El humor en el siloísmo](#)
  - [Escritos del Maestro sobre el sentido del humor](#)
  - [Notas acerca del sentido del humor del Maestro](#)
  - [El humor como herramienta catártica y transferencial](#)
- F. [Reflexión sobre resistencias en el medio \(y en uno\) en relación al humor](#)
- G. [Reflexiones](#)
- H. [Experiencias personales](#)
- I. [Conclusiones](#)
- J. [Resumen](#)
- K. [Síntesis](#)

## Anexos.

[Lo Apolíneo y lo Dionisiaco](#)  
[La verdadera Solidaridad](#)  
[El Oficio Lúdico](#)

Parques de Estudio y Reflexión los Manantiales - febrero 2021  
Juan Aviñó

---

<sup>1</sup> Visita de Silo a la salita de Peñalolén, 11 de junio del 2005, Santiago de Chile

## Encuadre.

Revisando los Apuntes de Escuela en las reuniones semanales de nuestro grupo de estudio, aparecieron algunas referencias al ludismo. En los días siguientes experimenté una mirada más liviana, menos identificada, que coincidía también con un cambio en la posición del “observador” en el espacio de representación, que se ubicada claramente más atrás. Este emplazamiento, acompañado de registros de mayor disponibilidad de energía me impulsaron a investigar sobre el tema del humor.

A partir de allí, surgió el interés de comprender el sustrato cultural en el que se da el humor, revisando cómo se manifiesta este en algunas corrientes místicas y religiosas y en el siloísmo.

Por el paisaje de formación del autor y por facilidad para acceder a la información he seleccionado solo a las religiones del Libro (judaísmo, cristianismo e islamismo) y al budismo. Se trata entonces de una pequeña muestra de cómo se ha manifestado el humor en estas corrientes espirituales.

Las notas iniciales fueron complementadas con aportes de varias amigas y amigos de diferentes países que enriquecieron este escrito.

## Interés.

El interés de este estudio es investigar la relación entre el humor en el estilo de vida y la necesidad de disponer de más energía para avanzar en la dirección del Propósito.<sup>2</sup>

## Términos.

Los antiguos griegos creían que el cuerpo humano contenía cuatro líquidos básicos llamados “humores”, los cuales relacionaban con los cuatro elementos (Aire, Fuego, Tierra y Agua). Estos líquidos eran sangre (aire), bilis amarilla (fuego), bilis negra (tierra) y flema (agua). Su balance era considerado esencial para la buena salud. Cuando alguien estaba en buen balance, lo consideraban de “buen humor”.<sup>3</sup>

Para los fines de este trabajo, no parece necesario definir el humor, el buen ánimo, la alegría y la risa<sup>4</sup>, asumiendo que todos estos términos son de conocimiento común

---

<sup>2</sup>En ese tránsito se debe tener en cuenta algunas condiciones ineludibles: 1.- que el practicante tenga claro el Propósito de lo que desea lograr como objetivo final de su trabajo; 2.- que cuente con suficiente energía psicofísica para mantener su atención ensimismada y concentrada en la suspensión del yo y 3.- que pueda continuar sin solución de continuidad en la profundización del estado de suspensión hasta que desaparezcan las referencias espaciales y temporales (Apuntes de Psicología IV. El Acceso a los Niveles Profundos, Silo, Buenos Aires, Parque la Rreja, 2006)

<sup>3</sup> <http://etimologias.dechile.net/?humor>

<sup>4</sup> En el Diccionario del Nuevo Humanismo (Silo, Obras Completas) aparece:  
RISA: (del lat. *ridere*: reír). Propiedad fisiológica y conductual exclusivamente humana. Movimiento de la boca y otras partes del rostro que demuestra alegría de una persona o grupo.  
*La risa*, es el título de un ensayo sobre el significado de lo cómico que H. Bergson publicó en 1899. Este trabajo es particularmente interesante porque aparte de un develamiento estético, hace pie en una función cognoscitiva ajustada a la vida real aunque opuesta a la función conceptual. La **risa**

y que se nutren entre ellos, Sin embargo, sólo para hacer más fluida la presentación, coincidimos en que la risa, fuerte y clara rompe con las inhibiciones y con los climas, a la vez que crea lazos de afectividad entre quienes comparten carcajadas. Que **el humor y la irreverencia** son ópticas y respuestas hacia el mundo externo o interno que transforman la percepción de una situación, en general de lo “establecido” (en este sentido se trata de poderosas herramientas de deshipnosis y de transformación social). Finalmente, vemos que **la alegría** se da en un estado de gran profundidad, asociado al estado de conciencia inspirada, una conectiva con los espacios profundos.

---

representa una reacción contra la mecanicidad de la apariencia instalada en una situación, pero que no está incorporada profundamente, sino que es simplemente aceptada. Cuando se hacen resaltar detalles de las desproporciones de estas apariencias, se produce la ruptura del encubrimiento de los defectos. Esa ruptura tiene consecuencias diversas, una de ellas es la risa. En la sátira literaria esto es particularmente evidente.

## 4. El humor en las religiones.

A pesar de ser concebidas comúnmente como categorías excluyentes, en diversas culturas lo cómico y lo sagrado conviven simultáneamente, hasta el punto de que en casi todas ellas la hilaridad encuentra un espacio de realización espontánea en la esfera de lo sacro. Esta relación se plasma en rituales, costumbres y mitos en los que lo cómico no es una profanación que resta realidad o seriedad al fenómeno religioso en cuestión, sino que, por el contrario, lo afirma. A través de lo cómico se potencializa y manifiesta lo sagrado. Nuestra dificultad para entender esta relación recíproca se debe, en gran medida, al peso de la tradición judeocristiana que, salvo algunas excepciones, hizo de la risa un acto de blasfemia. Lo sagrado se revistió de una gravedad que lo cómico ponía en peligro. Pero el esfuerzo por separar lo cómico y lo sagrado no es exclusivo del cristianismo; también en el budismo escolástico que surgió en los siglos subsecuentes a la muerte del Buddha hay una fuerte discusión sobre si se debía admitir o no que este se había reído en su vida.<sup>5</sup>

### El humor en el budismo.

En el Zen encontramos una cantidad profusa de maestros que a través de respuestas ridículas o actitudes graciosas lograban transmitir la esencia misma del Dharma. La jocosidad, la alegría y el humor se encuentran tan profundamente anclados en el corazón del Zen que D. T. Suzuki, afirma —de manera un poco exagerada— que el Zen es la única religión que le ha abierto un campo significativo a la risa y la hilaridad (Ibid. 270). La discusión acerca de si el Buddha reía o no encuentra una respuesta afirmativa y extrema en el Zen: no sólo reía, sino que reía a carcajadas.<sup>6</sup>

### La sonrisa del Buddha.

Nagarjuna, un maestro budista del segundo siglo, explicó el origen de la sonrisa del buda de la siguiente manera: el Buda se encontraba en su estado de dicha absoluta, contemplando la maravilla de la perfección cósmica, cuando decidió mirar atrás hacia la humanidad. Vio que la gente insistía en aferrarse con todas sus fuerzas a un «yo», sin darse cuenta de que este «yo» no existía. Buscaban la felicidad desesperadamente, pero su búsqueda consistía en actividades que parecían diseñadas a propósito para proporcionarles más sufrimiento. Y en definitiva parecían ciegos buscando un buen camino, pero que paradójicamente caían en un abismo. Al contemplar estas cosas, todo el cuerpo del Buda “sonrió sutilmente”.

### Pescado fresco.

*Una vez, el Maestro Zen Dairyo fue invitado a una fiesta en la casa de un rico propietario. [...] Alguien de la casa decidió gastar una broma a los monjes. A todos ellos se les sirvió pescado fresco, que les estaba prohibido comer a los monjes y monjas budistas. Todos los monjes de la fiesta se abstuvieron de comer pescado fresco, excepto el Maestro Zen Dairyo. Uno de los monjes disimuladamente tiró de la manga al Maestro y le dijo: “¡Eso es pescado fresco! Dairyo miró al monje y le replicó: “Bueno, ¿y cómo sabes lo que es el pescado fresco?” (Cleary, 1995: 127).*

### Preguntan a un monje zen.

---

<sup>5</sup> Lo sagrado, lo cómico y el Zen: una mirada a la poesía de Issa Kobayashi. Rosenberg Alape Vergara. 10 de diciembre del 2013

<sup>6</sup> Lo sagrado, lo cómico y el Zen: una mirada a la poesía de Issa Kobayashi. Rosenberg Alape Vergara. 10 de diciembre del 2013

- Maestro, usted que es sabio, dígame, ¿qué hay después de la muerte?
- No lo sé- responde el sabio.
- Anda, yo creía que usted era un sabio.
- Sabio puede que sí, pero muerto no.



## 4.2. El humor en el judaísmo<sup>7</sup>

### **Contar una historia como un acto religioso.<sup>8</sup>**

*“Los deliciosos relatos y anécdotas contenidos en este libro constituyen un tesoro sin igual: son las historias que reflejan las enseñanzas, angustias, vicisitudes y hazañas de los maestros del jasidismo, un movimiento religioso dentro del judaísmo que a partir del siglo XVIII proporcionó un nuevo enfoque y atractivo a la relación del hombre con lo divino, y logró (a pesar de la oposición de sectores más ortodoxos, entregados a una interpretación suprarregional y archilegalista de los textos sagrados judíos) que miles y miles de correligionarios de Europa se plegaron al movimiento. Desde que el legendario Baal Shem Tov (1698-1760) lo fundara oficialmente hasta el advenimiento del nazismo, el jasidismo no hizo sino cundir; y su decadencia eventual coincidió no sólo con la oleada de mundanidad anestesiada que advino con la era Industrial primero y con la tecnológica después: en las cámaras de gas de los nazis desaparecieron millones de judíos jasidistas. El movimiento, no obstante, pervive prácticamente dondequiera que existe una comunidad judía. (El espíritu democrático y populista del jasidismo es evidente en el hecho de que tomó su nombre de los jasidim, los muchos y no de los zadikim, los pocos”.*

### **Sobre las bellas palabras.**

*En cierta ocasión Rabí Baruj, el nieto de Baal Shem Tov tenía como huésped a un hombre erudito. En un momento de la conversación le dijo: ¡por favor Rabí Baruj, déjame escuchar ya mismo tus enseñanzas! ¡Me encanta lo bien que hablas!*

---

<sup>7</sup> 8.- “Dijo también Dios a Abraham: A Sarai tu mujer no la llamarás Sarai, mas Sara será su nombre. Y la bendeciré, y también te daré de ella un hijo; sí, la bendeciré, y vendrá a ser madre de naciones; reyes de pueblos vendrán de ella. Entonces Abraham se postró sobre su rostro, y se rió, y dijo en su corazón: ¿A hombre de cien años ha de nacer hijo? ¿Y Sara de noventa años, ha de concebir?” *ibid.* 17, 15-18.

9.- “Entonces dijo: De cierto volveré a ti; y según el tiempo de la vida, he aquí que Sara tu mujer tendrá un hijo. Y Sara escuchaba a la puerta de la tienda, que estaba detrás de él. Y Abraham y Sara eran viejos, de edad avanzada; y a Sara le había cesado ya la costumbre de las mujeres. Se rió, pues, Sara entre sí, diciendo: ¿Después que he envejecido tendré deleite, siendo también mi señor ya viejo? Entonces Jehová dijo a Abraham: por qué se ha reído Sara diciendo: ¿Será cierto que he de dar a luz siendo ya vieja? ¿Hay para Dios alguna cosa difícil? Al tiempo señalado volveré a ti, y según el tiempo de la vida, Sara tendrá un hijo. Entonces Sara negó, diciendo: No me reí; porque tuvo miedo. Y él dijo: No es así, sino que te has reído”. *Ibid.* 18, 10-16.

10.-El tema de Abraham fue tratado dramáticamente por Kierkegaard en *Temor y Temblor*. En uno de los posibles libretos sobre el tema del holocausto dice: “Era muy de mañana; Abraham se levantó, abrazó a Sara, compañera de su vejez, y Sara dio un beso a Isaac, que la había preservado del escarnio, y era su orgullo y esperanza para la posteridad. Anduvieron en silencio; la mirada de Abraham permaneció fija en el suelo hasta el día cuarto; entonces levantando los ojos vio en el horizonte las montañas de Morija; y bajó de nuevo la mirada. En silencio, preparó el holocausto y ató a Isaac; en silencio extrajo el cuchillo; entonces, vio el carnero que proveyó Dios. Lo sacrificó y regresó... A partir de ese día, Abraham se hizo viejo; no pudo olvidar cuánto había exigido Dios de él. Isaac continuó creciendo; pero los ojos de Abraham se habían nublado; ya no vio más la alegría”. (O. C. pág. 15. Losada. Buenos Aires. 1979). Por nuestra parte, en lugar de insistir en la culpa como un motivo de la existencia, hemos destacado ciertos aspectos retributivos del mito en lo que hace a la burla divina frente a la risa motivada por la incredulidad.

<sup>8</sup> Los Mejores Cuentos Jasídicos, de Baal Shem Tov y otros, Argentina, Longseller, 2004

Y Rabí Baruj con cierta tristeza le respondió: si estuviera seguro de que mi virtud consiste sólo en hablar bien, le pediría al Señor que me enmudciera para siempre.

### **Lo más importante.**

Rabí Elimelej, de Lisenzk, solía decir:

-” Estoy seguro de recibir mi minúscula parte del Mundo que ha de Venir. Cuando se me juzguen al Tribunal Celestial me preguntarán: ¿Aprendiste cómo tenías que aprender?. No, tendré que contestar. Y me preguntarán: ¿Y oraste como tenías que orar? No tendré que contestar. Por último, se me preguntará: ¿Hiciste el bien como era tu deber? No diré yo. Y el tribunal fallará a favor de mi alma porque yo dije la verdad”.

### **Una torre de alegría.**

En la ciudad de Lublin había un gran pecador que, a pesar de su bien fundada fama era siempre bien recibido por el Baal Shem Tov. Cada vez que el pecador se lo proponía, el Baal lo recibía en privado, como si fuera un hombre digno y de merecimiento.

A muchos de los jasidim del Baal Shem Tov, el hombre les despertaba enorme desconfianza. Y en cierta ocasión uno dijo dirigiéndose a los otros;

- ¿A qué se debe que el Baal Shem Tov, que dé un golpe de vista lee la vida entera de cualquiera como si estuviera escrita en su propia frente, no tome en cuenta los pecados de este individuo? ¿Cómo es posible que lo frecuente, se muestre amable con él y le regale una conversación?

Decidieron que lo mejor sería preguntárselo al propio Baal. Se armaron de coraje y lo hicieron. El Baal Shem Tov respondió:

- Por cierto que conozco su comportamiento tan bien como ustedes lo conocen. Pero igualmente cierto es que estimo la alegría y aborrezco la tristeza. Este hombre es un gran pecador, pero muy distinto a esos otros que apenas pecan lo lamentan un instante, y un rato después vuelven a pecar y así sin parar. A este hombre no le he descubierto pena alguna, vive como en una torre de alegría. No justifico sus pecado, pero su alegría resplandeciente conquista mi corazón.

### **Un argumento inteligente.**

En cierta ocasión el rabí de Apta se dirigió a Dios de esta manera:

-“Debo admitir, Señor del Universo, que tengo conciencia de carecer de la menor virtud y de no contar con el más minúsculo de los méritos como para que suene ingresan al Paraíso después de mi muerte. Pero si tú decides, no sólo negarme el paraíso, sino también arrojarme el infierno en medio de los malvados, ten en cuenta que (como te consta, creo), no tengo pasta para entenderme con ellos. Es por este motivo que te ruego señor del universo que antes de arrojarme al infierno expulses de ahí a todos los malos”.

### **El día que Dios la sacó barata.**

Pasado el Día del Perdón un sastre contaba al Baal Shem Tov la discusión que había tenido con Dios.

Narró el sastre: -Le dije a Dios: “Tú me exiges que me arrepienta de mis pecados, aunque no he cometido más que pequeñas transgresiones. Quizás me he quedado

con algunos restos de tela o he comido sin lavarme las manos en algún lugar impuro donde estaba trabajando. Pero tú mi Señor, has cometido crueles acciones. Muchas madres han llorado la pérdida de sus hijos, muchos niños debieron llorar la pérdida sus madres Hagamos una paz justa: si Tú me perdonas, yo te perdono”.

El Baal Shem Tov dijo al sastre:

-¿Cómo dejaste que Dios la sacara tan barata? Bien podrías haberlo obligado a perdonar a todo el pueblo de Israel

### **La calumnia simétrica.**

Rabí Widrewitz era tartamudo. En cierta ocasión debió arbitrar y decidir en un litigio contra un individuo cuya grosería era proverbial en la comunidad. No obstante, como correspondía de acuerdo con las circunstancias, el rabí falló el caso en su contra. Enfurecido el litigante perdidoso comenzó a denostar al rabí a los gritos:

- Coimero, estafador, ¡¡sobornado, burro, mentiroso!!

A lo cual contestó el rabí.

-Y tú... tú... tú...eres un tar... tar... tamudo replicó el rabí.

-¿Tartamudo yo? preguntó con asombro el litigante.

-Naturalmente - informó el rabí -.Si tú puedes acusarme de lo que eres tú, yo puedo acusarte de lo que soy yo.

El hombre se alejó en silencio.

### **El menú de los ricos.**

El Baal le preguntó a un rico que había ido a visitarlo acerca de lo que comía.

-Mis gustos son sencillísimos - respondió el hombre -: vivo de pan, sal y agua .

- ¡Vaya tontería! - el Baal se mostró realmente furioso -. ‘Un rico tiene que comer como corresponde! ¡Los manjares más refinados, el mejor hidromiel!

Su visitante no se marchó sin prometer que cambiaría su régimen.

Sorprendidísimos, los jasidim inquirieron al Baal acerca de los motivos de tan extraño consejo El Baal respondió:

-Si come manjares costosos será capaz de comprender que los pobres necesitan pan. Pero si sigue alimentándose sólo de pan, es capaz de imaginar que los pobres pueden arreglarse con piedras.

## El humor en el cristianismo.

En general las jerarquías de las iglesias cristianas han contribuido a ubicar a la risa y al humor en el terreno de la blasfemia<sup>9</sup>. Por otra parte los escritores bíblicos no eran especialmente cómicos, por lo que para rescatar el humor se debe recurrir a la vida de algunos de los santos del cristianismo.

**Francisco de Asís** (1181-1226) no se conformaba con la alegría, reclamaba la perfecta alegría.

**Bernardino de Siena** (1380-1444), siempre bromeando y riendo, gustaba repetir: “la alegría conquistará al mundo”.

**Santo Tomás Moro** (1478-1535), figura destacada del Humanismo, que no admitía a nadie a comer con él si no sabía contar chistes. Su sentido del humor lo llevó incluso hasta el cadalso; con su mejor vestido, y de buen humor, como siempre, dijo al salir al corredor frío: favor, mi abrigo, porque doy mi vida, pero un resfriado no me quiero pillar”. Al llegar al sitio donde lo iban a matar rezó despacio el Salmo 51: “Misericordia Señor por tu bondad”. Agotado por los tres duros meses de prisión, le dijo al verdugo: “Le ruego, señor teniente, que me ayude a subir al patíbulo; para bajar, deje que ruede yo solo”.

Es muy conocida su oración rogando sentido del humor: “Señor, dame una buena digestión y naturalmente algo para digerir. Dame la salud del cuerpo y el buen humor necesario para mantenerla. Dame un alma sana que tenga siempre ante los ojos lo que es bueno y puro, de manera que frente al pecado no me escandalice sino que sepa encontrar la forma de ponerle remedio. Dame un corazón que no conozca el aburrimiento, las quejas, los suspiros y los lamentos. No permitas que me tome demasiado en serio, ni que me invada mi propio ego. Dame el sentido del humor, dame el don de saber reírme, a fin de que sepa traer un poco de alegría a la vida, haciendo partícipe a los otros. Amén”.

---

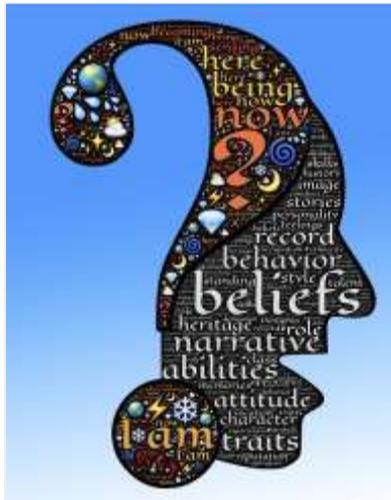
<sup>9</sup> Aristóteles al igual que Platón influyeron fuertemente a la cultura occidental, pero particularmente el prestigio que Aristóteles tuvo fundamentalmente con el reingreso de sus obras a Europa, hicieron que Eco, un medievalista reconocido, escribiera (en el diálogo final 11 entre Guillermo de Baskerville y Jorge el bibliotecario ciego, cuando el primero descubre las verdades que escondía el laberinto y la torre de la biblioteca): “- Hay muchos otros libros que hablan de la comedia, y también muchos otros que contienen el elogio de la risa. ¿Porque este te infundía tanto miedo? - Porque era del Filósofo. Cada libro escrito por ese hombre ha destruido una parte del saber que la cristiandad había acumulado a lo largo de los siglos.... - ¿Por qué temes tanto a este discurso sobre la risa? No eliminas la risa eliminando este libro. - No, sin duda. La risa es la debilidad, la corrupción, la insipidez de nuestra carne. Es la distracción del campesino, la licencia del borracho... la risa sigue siendo algo inferior, amparo de los simples, misterio vaciado de sacralidad para la plebe... Pero aquí, aquí... –y Jorge golpeaba la mesa con el dedo, cerca del libro que Guillermo había estado hojeando aquí se invierte la función de la risa, se la eleva a arte... La risa libera al aldeano del miedo al diablo, porque en la fiesta de los tontos también el diablo parece pobre y tonto, y, por tanto, controlable. Cuando ríe... el aldeano se siente amo porque ha invertido las relaciones de dominación... la risa sería el nuevo arte capaz de aniquilar el miedo... Y este libro, que presenta como milagrosa medicina a la comedia, a la sátira y al mimo, afirmando que pueden producir la purificación de las pasiones a través de la representación del defecto, del vicio, de la debilidad, induciría a los falsos sabios a tratar de redimir (diabólica inversión) lo alto a través de la aceptación de lo bajo.” (466-468).

**Santa Teresa de Jesús** (1515-1582), decía aquello de “tristeza y melancolía no las quiero en casa mía” y “de devociones absurdas y santos amargados, líbrame Señor”. Especialista en poner apodos graciosos, repetía mucho lo de “nada te turbe”; famoso es su reproche al Señor, al atascársele la carreta en los lodos del camino, ya cansada de leguas y años; como Él rebatiera: “no te quejes, así trato yo a mis amigos”, ella rápidamente repuso: “así tienes tan pocos...”.

**Don Bosco** (1815-1888), su frase era “la santidad consiste en estar siempre alegres”.

**San Luis Orione** (1872-1940), se le llama Apóstol de la Alegría; de él se conocen muchas cosas (incondicional de los pobres, tenaces recorridos misioneros de amor y esperanza, intrépida pasión por el bien...), pero es poco sabido su buen humor y alegría: a Dios se le ama en santo júbilo, y no en tristeza.

## El humor en el islamismo.



El bufón que dice toda la verdad

Toda búsqueda espiritual necesita ser cuestionada de vez en cuando. La verdadera sabiduría no puede concebirse sin humor y sin risa. Dejémosnos llevar por los chispazos humorísticos de los monjes zen, o por las bromas y excentricidades de los maestros sufíes, cuando observas que sus discípulos les escuchan con demasiada seriedad.<sup>10</sup>

El Mullah Nasrudin es el héroe más célebre de los cuentos turcos. Sus chistes y locuras provocan invariablemente la risa, puesto que ponen en cuestión lo absurdo de la vida.

Nasrudin constituye el individuo completamente loco, el idiota integral; pero es, al mismo tiempo, un loco lleno de astucia y sabiduría, de modo que nunca se sabe si verdaderamente se trata de un idiota o si en realidad es un provocador, un simulador. Los sufíes lo han tomado por modelo, casi por maestro, y sus excentricidades sirven de apoyo a innumerables historias de enseñanza. Los cuentos y anécdotas que vienen a continuación ilustran de un modo perfecto la <<sabia locura>> del personaje.

---

<sup>10</sup> <https://destinoserhumano.wordpress.com/2015/09/27/cuentos-del-astuto-y-loco-sabio-mullah-nasrudin/>

## NASRUDIN

### El hombre y la verdad

El Mullah Nasrudin impartía sus enseñanzas en forma de parábolas y cuentos, que sus discípulos escuchaban con verdadero deleite, aunque a veces con cierta frustración, porque sentían necesidad de algo más profundo. Esto le traía sin cuidado al Mullah, que a todas las objeciones respondía:

—Todavía tenéis que comprender, que la distancia más corta entre el hombre y la verdad es un cuento.



Se transcriben acá algunos cuentos atribuidos al Mullah Naser Edin<sup>11</sup>

#### ***El Maestro Espiritual.***

*Un anciano sabio había llegado a la aldea desde más allá de Ashsharq, un lejano territorio de Oriente. Sus exposiciones filosóficas eran tan abstrusas, y sin embargo tan fascinantes, que los parroquianos de la casa de té llegaron a pensar que quizá podría llegar a revelarles los misterios de la vida.*

*El Mullah Nasrudín lo escuchó durante un rato.*

*—Sabrá usted, acotó Nasrudin, que he tenido experiencias parecidas a las que usted vivió durante sus viajes. Yo también he sido un maestro errante.*

*—Cuénteme algo de eso, si es imprescindible, precisó el anciano, algo molesto por la interrupción.*

*—Oh, sí, debo hacerlo, afirmó el Mullah, por ejemplo, en un viaje que hice por el Kurdistán era bienvenido por dondequiera que fuese. Me hospedaba y trasladaba de un monasterio a otro, donde los derviches escuchaban atentamente mis palabras. Me*

<sup>11</sup> **Nasreddin**, o **Nasrudín**, es un personaje mítico de la tradición popular **sufí**, una especie de **antihéroe** del **islam**, cuyas historias sirven para ilustrar o introducir las enseñanzas sufíes, se supone que vivió en la **Península de Anatolia** en una época indeterminada entre los siglos xiii y xv.

*suministraban alojamiento gratuitamente en las posadas y comidas en las casas de té. En todas partes la gente al verme quedaba impresionada.*

*El anciano monje comenzaba a impacientarse ante tanta propaganda personal:*

*—¿Nadie se opuso en ningún momento a algo de lo que usted decía?, preguntó agresivamente.*

*—Sí, afirmó un inefable Nasrudín, una vez en un pueblo fui golpeado, introducido al cepo y finalmente expulsado del lugar.*

*—¿Cuál fue el motivo?*

*—Bueno, verá usted, ocurrió que en esa ciudad la gente comprendía turco, el idioma con el que yo impartía mis enseñanzas.*

*—¿Y qué sucedía con aquella gente que lo recibía tan bien?*

*Ah, pues esos eran kurdos; tienen su propio idioma. Estaba a salvo mientras estuviera entre ellos.*

### ***Detrás de lo Obvio.***

*Todos los viernes por la mañana Nasrudín llegaba al mercado del pueblo con un burro que ofrecía en venta.*

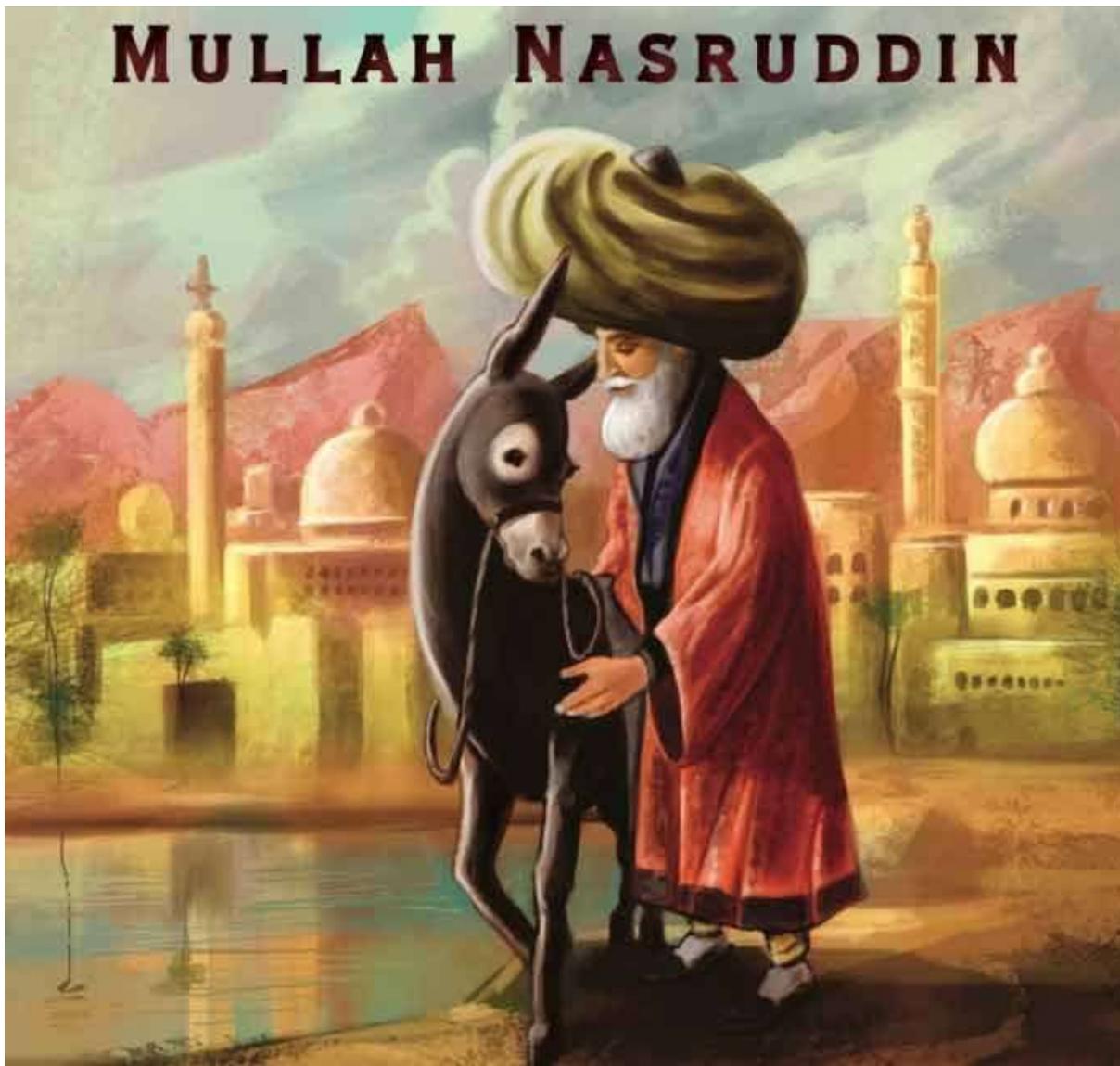
*El precio que demandaba era siempre insignificante, muy inferior al valor del animal.*

*Un día se le acercó un rico mercader, quien se dedicaba a la compra y venta de burros.*

*—No puedo comprender cómo lo hace, Nasrudín. Yo vendo burros al precio más bajo posible. Mis sirvientes obligan a los campesinos a darme forraje gratis. Mis esclavos cuidan de mis animales sin que les pague retribución alguna. Sin embargo, no puedo igualar sus precios.*

*—Muy sencillo —dijo Nasrudín—. Usted roba forraje y mano de obra. Yo robo burros.*

# MULLAH NASRUDDIN



## **Sendas Diferentes**

—Tú eres un gran místico—le dijo uno de sus pupilos a Nasrudín—, y sin duda sabrás por qué los hombres siguen sendas diferentes a lo largo de su vida, en vez de seguir todos una única senda.

—Sencillo—contestó el maestro—. Si todo el mundo siguiera la misma senda, todos acabaríamos en el mismo lugar; el mundo, perdido el equilibrio, se inclinaría, y todos nos caeríamos al océano.

## **La de menor valor.**

Todos los días Nasrudin iba a pedir limosna a la feria y la gente lo tomaba por tonto porque cuando le mostraban dos monedas, una valiendo diez veces más que la otra, Nasrudin siempre escogía la de menor valor. La historia se difundió entre la gente y hombres y mujeres se agolpaban en torno a Nasrudin para burlarse cuando, ante las dos monedas que le ofrecían, siempre elegía la de menor valor. Un señor, compasivo ante el escarnio a que día tras día era sometido Nasrudin, lo aleccionó:

*—Siempre que te ofrezcan dos monedas, escoge la de mayor valor. Así tendrás más dinero y no serás considerado un idiota por los demás.*

*—La razón parece estar de su lado —respondió Nasrudin—. Pero si yo elijo la moneda mayor la gente va a dejar de ofrecerme dinero para probar que soy más idiota que ellos. Usted no se imagina la cantidad de dinero que ya gané usando este truco. No hay nada malo en hacerse pasar por tonto si en realidad se está siendo inteligente.*

## **El humor en el siloísmo.**

Resulta muy notorio el buen humor de Silo y de los siloístas desde los inicios. También aparece en las distintas expresiones de la Escuela en el mundo. ... “si no puedes hacer nada sigue tu camino alegremente” ...; “Paz, Fuerza y Alegría”; “Acá hay alegría, amor al cuerpo, a la naturaleza, a la humanidad y al espíritu”. En fin, las citas son muy frecuentes.

En las relaciones, de algún modo el Maestro se encargaba de generar esa atmósfera que invitaba a reírse y a disminuir las tensiones. Muy alejado de la solemnidad, incluso frente a temas muy “importantes”, como en la charla de Psicología IV, donde desde el primer momento puso un tono lúdico. Se tratara de charlas formales o informales, de conferencias o de encuentros sociales, era usual que se diera un buen humor que alegraba a los presentes.

En ocasiones su humor contribuía a relajar el ambiente y en otras transmitía una enseñanza mucho más potente que cualquier explicación.

## Escritos del Maestro sobre el humor.

A continuación, se transcriben algunos textos de la obra de Silo:

### **Arenga “La “Curación del Sufrimiento”. (4 de mayo de 1969)**

*“Hermano mío: allá en la historia está el ser humano mostrando el rostro del sufrimiento, mira ese rostro del sufrimiento... pero recuerda que es necesario seguir adelante y que es necesario aprender a reír y que es necesario aprender a amar.*

*A ti, hermano mío, arrojó esta esperanza, esta esperanza de alegría, esta esperanza de amor para que eleves tu corazón y eleves tu espíritu, y para que no olvides elevar tu cuerpo”.*

### **Primera Carta a mis Amigos. (1991)**

*“..... En general se trata de gente poco estudiosa y de técnicos a su servicio que disponen de recursos parcelados y patéticamente insuficientes. Así es que pediré no tomar muy en serio algunos párrafos en los que en realidad nos divertimos poniendo en sus bocas palabras que no dicen, aunque sus intenciones vayan en esa dirección. Creo que hay que considerar estas cosas fuera de toda solemnidad (afín a la época que muere) y, en cambio, plantearlas con el buen humor y el espíritu de broma que campea en las cartas intercambiadas por las gentes verdaderamente amigas”.*

### **Capítulo IX. Contradicción y Unidad. El Paisaje Interno.(1988)**

.....

*“6. Así como he visto a lo solemne cubrir grotescamente lo ridículo, así como he visto a la vacua seriedad enlutar lo grácil del talento, he reconocido en muchos amores la autoafirmación vindicativa”.*

*7. ¿Qué imagen tienes de los sabios? ¿Verdad que los concibes como seres solemnes, de ademanes pausados... como quienes han sufrido enormemente y en función de ese mérito, te invitan desde las alturas con suaves frases en las que se repite la palabra “amor”?*

*8. Yo, en todo verdadero sabio, he visto un niño que corretea en el mundo de las ideas y las cosas, que crea generosas y brillantes burbujas a las que él mismo hace estallar. En los chispeantes ojos de todo verdadero sabio, he visto “danzar hacia el futuro, los pies ligeros de la alegría”. Y muy pocas veces, he escuchado de su boca, la palabra “amor” ... porque un sabio verdadero, nunca jura en vano.”*

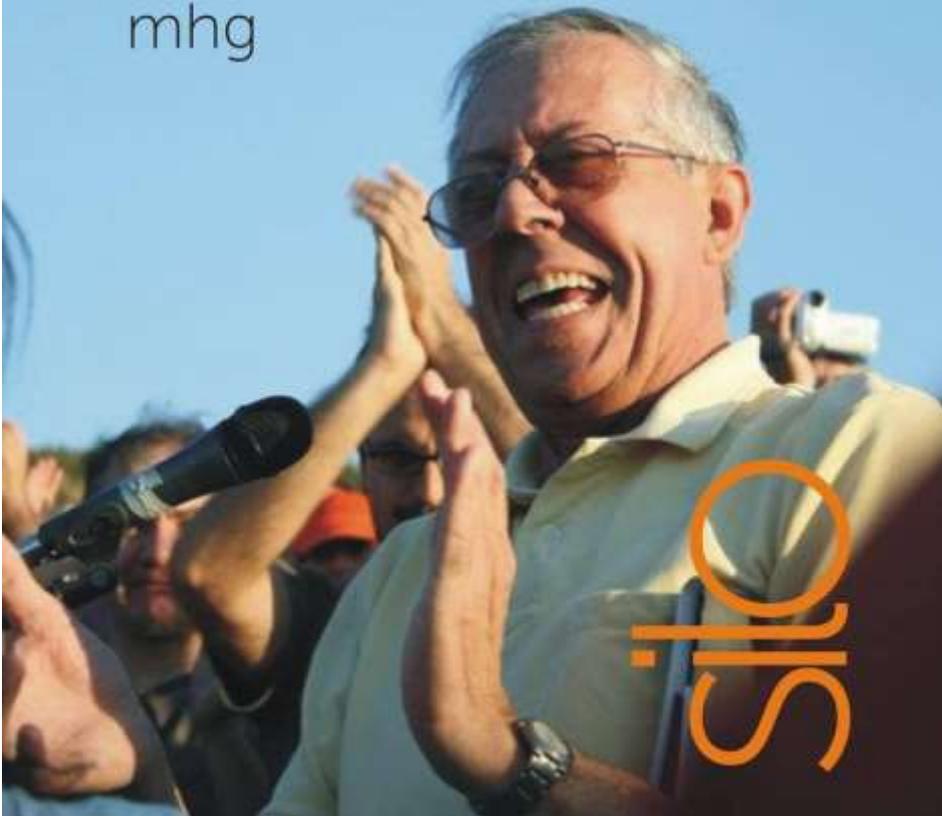
Visita a la salita de Peñalolén, Silo, 11 de junio del 2005, Santiago de Chile,

la  
risa

Yo creo, con el humor y con la risa se desacraliza, se quita lo solemne y eso sí que achata al espíritu, lo solemne, la solemnidad. uhhh, no es así, es algo liviano, que eleva el corazón.

La risa eleva el corazón, el humor eleva el corazón. eso es así, seguro... eso es así, seguro. yo creo que vamos bien por ahí.

mhg



*“Silo: ¡Debería haber más humor! ¿No es cierto? Yo creo que sí. Lo que pasa es que a veces estamos apesadumbrados por la situación que le toca vivir a la gente, hay también tanta desgracia, tanto problema, tanta...que Eso frena un poco, pero sin duda que el humor también vivifica a la gente. Yo creo que sí, deberíamos fortalecer el sentimiento de humor. Si bien es cierto que hay tanta desgracia y tanto problema, al ponerle humor a la cosa pensamos las cosas de otro modo. Así que además tú tienes una respuesta a esto ¿qué dices?.*

*Responde el que pregunta: De acuerdo al planteamiento y al mensaje, el humor nace espontáneamente en uno y siguiendo la regla de lo que tú dices y de lo que cada ser humano tiene en su interior, yo creo que nace espontáneamente el humor. A lo que*

yo me refería por qué no hay... o sea, yo no sé si es que hay algo de ti escrito por ahí con referencia al humor. Silo: Poco hay escrito (risas). Pregunta: Eso era básicamente mi pregunta. Silo: Pero sí que valdría la pena. Tengo poco escrito sobre el humor, pero me parece que sí, que tienes toda la razón...

Pregunta: Un libro de chistes. (risas)

Silo: ¿Y por qué no? Pero hay que tener talento para eso. Sí, falta humor y a veces nos dejamos caer por la situación que se vive, pero en realidad es un modo también de subir, por el humor, porque el humor no quiere decir que uno sea indiferente a los problemas, a las desgracias, a las dificultades. No quiere decir que uno sea indiferente a eso. Es que pone otro estado de ánimo, enfoca las cosas de otro modo. Vale la pena reflexionar sobre ese punto. Es otro modo de enfocar la vida y no por eso uno es insensible a los dolores ajenos. “¡Estos se ríen todo el día, son insensibles, con los problemas que hay!” (risas). No, no es así, así que eso hay que reconsiderarlo porque nos está enseñando él con su pregunta, ¿ves? Pregunta: Se puede incluir como nueva receta. Silo: Una nueva receta. Entonces, aspira profundamente... y riéte (risas). Aprender a reír. Claro ¡Es así! Es una gran cosa lo que preguntas... Aprender a reír. Sí, eso se aprende, además de que es una cosa espontánea, además se aprende esa disposición... ponerse en disposición de aprender a reír, es un gran tema este. Pregunta: ¿Y tal vez eso estará vinculado también con la fe? R: Yo creo, con el humor y con la risa se desacraliza, se quita lo solemne y eso sí que achata al espíritu, lo solemne, la solemnidad. Uhhh, no es así, es algo liviano, que eleva el corazón. La risa eleva el corazón, el humor eleva el corazón. Eso es así, seguro. Yo creo que vamos bien por ahí. Pero bueno, se aprende a reír también, una parte es espontánea, pero la actitud de uno, de buscar el humor y eso..., me parece que es algo que se puede aprender. Es un enfoque de la vida, es un modo de ponerse frente a las cosas y cuando alguien nos diga: “¡Ehhh, ustedes se ríen mucho, con todos los problemas que hay!” No es así, él debería escuchar otra campana. Porque por estar llorando todo el día por los problemas que hay, no por eso vas a solucionar las cosas... no por eso vas a solucionar las cosas. Este ha sido un tema interesante. Pregunta: ¿Tiene que ver un poco con el entusiasmo, Negro? Silo: Tiene que ver con el entusiasmo. Pregunta: Porque, para tener humor también hay que tener entusiasmo ¿no? 6 Silo: Y para tener entusiasmo hay que tener una dirección en la vida. Lo que te entusiasma te lanza en una dirección, algo que te supera en esta situación que estás viviendo lanza en una dirección, algo que te supera en esta situación que estás viviendo, te lanza hacia arriba. Creo que sí, creo que sí... te lanza hacia arriba “.

### **Comentarios de agosto 02, 2002 en Madrid (Sobre el Mensaje)**

“Se destaca la actitud de humor omnipresente, de máxima comunicación, de alentar en todo momento, de no forzar nada, de no “estar en lo personal” prácticamente para nada, sino en la situación general es muy importante, una actitud contagiosa por otra parte, inteligente, vivaz, con gracia, “en tema a tope”.

### **La gente de Escuela. Silo y la Liberación (1969)**

“Muchos se preguntan: ¿Cómo son en sus actividades cotidianas, los hombres y mujeres de la Escuela?” ...” Para un buen observador, ese individuo tiene un “estilo” distinto al de los demás y un comportamiento sin agresividad. Lo más notorio es su sentido del humor”.

## **Notas acerca del sentido del humor del Maestro.**

### **Extracto del homenaje a Silo de Salvatore Puleda (enero, 1999)**

*“Su sentido del humor resaltaba en sus charlas, mientras que su risa inundaba el aire contagiando su alegría. Su sensibilidad para captar las intenciones debajo de las apariencias, le permitían abordar temas complejos desde una mirada desinhibida de prejuicios” .... “...Debo decir que uno de los aspectos que más aprecio del carácter de Silo es su sentido del humor, su capacidad de captar el lado cómico o grotesco de las situaciones y de las personas. Una cualidad que descoloca a cuantos se acercan a él creyendo que un gran pensador debe ser una persona con el ceño fruncido, distante y aburrida. Silo es capaz de jugar y de reírse como un niño, de maravillarse continuamente de la gran comedia humana. Pero la suya no es una risa distante, de superioridad respecto a las infinitas estupideces con las que está tejida la vida de todos los hombres, grandes y pequeños. Esa risa va acompañando, como dos caras de la misma moneda, la paciencia y compasión con la cuales mira a la miseria y a la grandeza de la condición humana. Porque Silo es, a mi parecer, sobre todo un hombre bueno”.*

### **Testimonio homenaje a Silo (Simposio CMEH 2010, Buenos Aires), Daniel Zimmerman**

*“Me es fundamental y valioso, rescatar su sentido del humor y su risa. Esa risa a la que dedicó unas palabras en su diccionario humanista y del que cito dos frases: ...”La risa representa una reacción contra la mecanicidad de la apariencia instalada en una situación...” “La risa se manifiesta, cuando se hacen resaltar detalles de las desproporciones de estas apariencias...” Su sensibilidad, no alejada de un fuerte sentido estético, arremetía frente a lo absurdo, lo monstruoso, lo desproporcionado y contradictorio, con agudeza y velocidad del rayo. Este rasgo, de su carácter, que es anterior a su Obra, señala un emplazamiento y una necesidad del humor, para ejercer la libertad y la toma de distancia necesarias, para romper con la autohipnosis de una circunstancia.*

### **Comentarios de Ernesto de Casas (marzo/2021)<sup>12</sup>**

*“Lo que te quería comentar es que sí, en efecto es un tema importante, aunque no se lo ha presentado como tema a desarrollar, por eso está muy bien que lo hagas y había dos cosas que te quería mencionar. Una, nosotros tenemos unos ejercicios, ¿te acuerdas?, en el tiempo de las bases, en el ciclo emotivo, teníamos un ejercicio que se llamaba óptica cómica y óptica trágica. Y se trataba de ver un objeto, por ejemplo, un vaso y simplemente verlo en un rato como algo muy cómico y después como algo grave, como algo trágico. Ya la iniciativa de este hombre, ya te predisponía el ánimo de un modo u otro y como es una predisposición de uno lo clave en esto, más que encontrar cosas graciosas o graves en el medio. Ese ejercicio era interesante.*

---

<sup>12</sup> Se trata de la transcripción de un audio de Ernesto hecho luego de la presentación de este escrito el 7/marzo/2021

*Lo otro, el tema del humor en él, pues si, ha sido algo muy, muy destacado. No tanto el humor, humor, sino la risa que él usaba como un medio de comunicación, como un medio de cambiar los climas, como un medio de quitarle gravedad a situaciones que uno le daba. Yo me acuerdo de haberle planteado algunos problemas y se reía: ¡la cara que tiene! jajaja. Y hablaba de otros, por ejemplo: y te acuerdas de la cara que tenía jajajaja, pero era una risa que parecía que se iban a caer las paredes, ¡impresionante!*

*Y tercero, yo en una época quise saber muy bien sobre su juventud y como había empezado todo. Así que le pregunté a los que primero empezaron y que eran vecinos de él, amigos. Y uno de ellos me contaba que era muy, muy alegre y se reía mucho y que tenía mucho sentido del humor y le gustaba mucho caminar. Entonces el único que lo podía seguir era este amigo. Entonces dice que lo iba a buscar a su casa, o él lo buscaba a él y se iban hacia la base de la montaña aquí en Mendoza, ¡pero kilómetros!, caminando, rápido y riendo, decía, caminando y riendo, dice. Y otra característica que tenía, era que siempre estaba al día con las noticias. Por supuesto estamos hablando de adolescentes, de jóvenes y dice: y no sabíamos cuando leía, cuando se enteraba, porque siempre estaba o con nosotros, o en el gimnasio o en el colegio. Entonces tenía una visión muy amplia de las cosas y por supuesto siempre se reía de las situaciones mundiales y las presentaba en forma de desafío: ¡a ver cómo van a resolver esto! ¡a ver cómo van a resolver aquello! Y este amigo me decía que era muy, muy risueño en su juventud y que ahora, de mayor, ya no era tan alegre, estamos hablando de los 90, ya no era tan alegre, jajajaja, Le digo, si supieras, le digo,, lo que pasa es que el Maestro practica el humor “en tema”, la risa en tema y eso no es fácil de transmitir, porque el humor común y corriente es chocante, a veces degrada algo, es decir, en tema y encontrarle gracias a los grandes temas, es un valor, es interesante,*

*“Un segundo aspecto que quería comentarte con respecto del Maestro es que claro, el tema es que con él había una especie de acuerdo tácito de lo que él nos daba. Sea lo que sea, darlo a otros, o sea es una referencia que se da a otros. Entonces no es suficiente decir que bien, que cuando él ha estado agradable y grato y que etc., etc., sino cómo reproducimos eso nosotros a otros y ese tema de ser gracioso y de hacer humor **en tema**, con nivel, no es fácil y sobre todo con las situaciones que se viven, máximo todavía en esta época, en estos momentos. Pero él siempre contaba con que uno desdramatizaba, quitaba carga, ponía otra óptica y también se lo comunicaba a otros. Nada, te quería agregar esos detalles”.*

## **El humor como herramienta catártica y transferencial.<sup>13</sup>**

Sabemos que el humor y más en particular la risa, es una forma de catarsis, es decir, de descarga de tensiones excesivas acumuladas en un centro, permitiendo la circulación de la energía.

Según el Dr. William Fry, quien fue un líder investigador en la psicología de la risa, la risa es equivalente a “trotar internamente”. Fry dijo que un minuto de risa equivale a 10 minutos en una máquina de remar. También indicó que la risa alivia la tensión, el estrés y el enojo.

Por otra parte, como indican los trabajos de Operativa, cuando existe mucha tensión, la catarsis se recomienda como trabajo previo a las transferencias y a la autotransferencias. Ambas permiten trasladar cargas produciendo conversiones de sentido en situaciones particulares o generales de la vida. No hay que ir muy lejos para asociar esta conversión con una mayor disponibilidad energética del sujeto.

Se pueden producir transferencias o autotransferencias empíricas, donde el humor y el buen ánimo son un factor importante. Los actos de unidad son transferenciales, es decir, integradores de contenidos y los actos contradictorios son desintegradores.

También en lo social, muchas veces los pueblos han transferido imágenes de temor asociados a los poderosos, mediante el humor, las caricaturas, las frases cómicas, etc..., produciendo movilizaciones y transformaciones importantes en las relaciones de poder.

---

<sup>13</sup> Ver Autoliberación, L.A. Amman, 1980

## Resistencias del medio (y en uno) frente al humor y a la actitud lúdica.

*“Nos interesa ubicarnos “en el mirador de lo sagrado” y en este sentido seguramente es tarea de todos los que estamos en esta búsqueda, observar y comprender las ilusiones que nos alejan de este mirador y las experiencias que nos acercan”.*<sup>14</sup>

### **Las referencias a lo divino, a lo sagrado deben hacerse con un tono serio, grave y solemne.**

Estas resistencias a asociar el humor con lo divino vienen desde muy antiguo. En los principales mitos de diferentes culturas se observa el temor, la sumisión frente a los dioses, la solemnidad y en general una gran distancia entre el hombre y los dioses. La falta de solemnidad y de temores ha sido considerada una falta de respeto a los dioses, que debe ser castigada. Aún en el siglo XXI, los adeptos a varias religiones piensan de este modo y los que lo dudan intelectualmente, luchan por liberarse de los temores arraigados desde hace milenios. Nosotros vemos que este es justamente lo que dificulta la conexión del ser humano con los dioses, es decir, con el acceso a lo profundo.

La risa y la alegría son expresiones de una vida licenciosa alejada de lo sagrado y son motivos de castigo, como sucede por ejemplo con el diluvio que desencadenan los dioses en los mitos de diversas culturas y religiones<sup>15</sup>.

Interesante es mencionar la dicotomía entre **lo apolíneo** (dios Apolo) que entre otras cosas representa la serenidad, el respeto hacia la ley, el orden y a la divina armonía y **lo dionisiaco** (dios Dionisos), representando, la liberación total, el placer de los sentidos y la espontaneidad. (ver [Anexo Lo Apolíneo y lo Dionisiaco](#)).

### **El humor y la risa son indicadores de falta de sensibilidad y por lo tanto de falta de solidaridad.**

Se entiende que, frente a tantas complicaciones y desgracias, el humor y la risa sean interpretadas como falta de sensibilidad. Sin embargo, nada más lejos que eso, porque el humor pondera y desdramatiza, ayudando a despejar situaciones al presentarlas desde un punto de vista lúdico. Entendemos también que aún se manifiesta una solidaridad equivocada cuando se dice “ayudándolo a sentir” ya que la solidaridad consiste en ayudar al que sufre a superar su sufrimiento.

Todas las corrientes espirituales mencionadas antes adhieren a la solidaridad con diferentes énfasis. El concepto de **budismo** solidario es sinónimo de budismo comprometido, budismo en acción, budismo con una orientación social. El **judaísmo** usa el término “Tzedaka” que representa a la justicia social y a la solidaridad como uno de sus valores esenciales; **Jesús** invita a ser solidario, o lo que es igual, a ponerse en el lugar del otro, como si fuera uno mismo, haciendo con él lo que uno

---

<sup>14</sup> Referencia a un extracto del inicio del Libro de Silo, Mitos Raíces Universales, 1991

<sup>15</sup> “El diluvio universal.

Y dijo Utnapishtim: «Te revelaré un gran secreto. Hubo una ciudad antigua llamada Surupak, a orillas del Éufrates. Era rica y soberana. Todo allí se multiplicaba, los bienes y los seres humanos crecían en abundancia. Pero Enlil molesto por el clamor, dijo a los dioses que ya no era posible conciliar el sueño y exhortó a poner fin al exceso desencadenando el diluvio. “(Mitos Sumero-Acadios; Gilgamesh: Mitos Raíces Universales; Silo, 1991)

desearía que le hicieran y el **Corán** se refiere al “Zaakat” o solidaridad, como obligación de dar a compartir la familia, a los vecinos y a los más pobres, para evitar la acumulación, la avaricia, la codicia, purificar el alma y ayudar al necesitado.

Dada la destrucción creciente de la solidaridad desde hace varias décadas, el tema parece ser entonces si estas corrientes han perdido influencia o si existe coherencia entre sus escritos y las prácticas sociales.

En cuanto al siloísmo en anexo adjunto hacemos mención sobre el estado en que se encuentra hoy la **solidaridad** y “**la verdadera solidaridad**”. (ver [Anexo La verdadera solidaridad](#))

**La risa abunda en la boca de los tontos.**

Puede que esta frase popular sea una buena síntesis de la sensibilidad que recibimos y que opera en los paisajes de formación de muchas culturas.

## Reflexiones sobre el humor.

*“Yo, en todo verdadero sabio, he visto un niño que corretea en el mundo de las ideas y las cosas, que crea generosas y brillantes burbujas a las que él mismo hace estallar. En los chispeantes ojos de todo verdadero sabio, he visto “danzar hacia el futuro, los pies ligeros de la alegría”.<sup>16</sup>*

Sin ningún orden en especial, anotamos a continuación algunas reflexiones y experiencias que fuimos teniendo durante el estudio:

### **Ámbito en el que se da el humor.**

El humor se expresa y desarrolla muy bien donde existen climas positivos y de cariño entre las personas. Una disposición a disfrutar, a crecer como conjunto se retroalimentan con el humor.

Se puede expresar con mucha fuerza cuando el humor surge como una necesidad frente a las complicaciones de la vida diaria. Situaciones en que se experimenta que la única alternativa posible es el cambio de óptica.

### **Modificación de la percepción y de la representación.**

El humor es intencional, rompe con la mecanicidad de lo que creemos percibir y representarnos

Es propio de una vigilia alta que busca la apertura de futuro y el crecimiento. Implica mover imágenes y al hacerlo, abre paso a que crezca la intencionalidad.

En este sentido el humor va modificando el paisaje de formación al superar los dictámenes de la memoria. Es muy interesante como el humor permite romper con la hipnosis, ya que va acompañado de una cierta distancia entre el observador y lo observado, permitiendo ver más allá.

*“En la grabación y en la memorización de la huella mnémica, la emoción tiene un papel muy importante. Resulta evidente que se memoriza y evoca mejor en climas amables y agradables, y esta característica es definitiva en las tareas de aprendizaje y enseñanza, en donde los datos se relacionan con un contexto situacional emotivo”.<sup>17</sup>*

### **En la transformación personal.**

*“Reconcílate contigo mismo, perdónate a ti mismo y ríe. Entonces verás como del cuerno de los sueños surge un viento que lleva hacia la nada el polvo de tus ilusorios fracasos”.<sup>18</sup>*

Se puede registrar un cambio en la ubicación del observador y un registro de desestabilización, condición necesaria en un proceso de transformación. Vivir en una

---

<sup>16</sup> Capítulo IX. Contradicción y Unidad. El Paisaje Interno, Silo, 1972

<sup>17</sup> Memoria y Aprendizaje. El Psiquismo. Psicología I. Apuntes de Psicología. Silo, 2006

<sup>18</sup> Experiencia Guiada La Muerte, Silo, 1989

atmósfera de humor ayuda al trabajo con uno mismo, ya que aumenta la energía disponible.

La mirada se ubica más desde arriba y en proceso, es decir una mirada con mayor perspectiva. Se producen registros de desidentificación similares a los que se presentan en el paso 2 de la disciplina mental (“Ver en todas las cosas los sentidos”). *“Te podrás reír del asunto cuando ya no estés tomado por el asunto. Es como cuando uno se ríe de las fotos antiguas, uno dice ¿cómo pude usar esto? ¿Te pondrías esto ahora? Puedes reírte cuando ya no crees mucho en ti mismo, en las creencias que antes tenías. Tienes reversibilidad, pero cuando pasa mucho tiempo, ahí solamente te das cuenta. Pero mientras vas dejando ciertas vestimentas, sin saber mucho por qué. Si veo una foto en 10 años, me puedo dar cuenta de las ridiculeces actuales”*.<sup>19</sup>

### **En los cambios sociales.**<sup>20</sup>

Se trata de una herramienta potente de transformación social al cuestionar a los poderosos. El humor frente a la opresión es una herramienta potente de la no-violencia activa. El arte humorístico y satírico referido a los poderosos, ha permitido que se desarrollen expresiones populares superando el lenguaje y las acciones violentas y habilitando hacia propuestas más interesantes que además terminan sumando a muchas personas. Reírse de los grandes poderes externos e internos que se ven inamovibles es un acto con muchos alcances.

En cualquier tipo de ambiente, el humor eleva el corazón, permitiendo que las relaciones se desarrollen. Es un aspecto muy positivo.

El humor es contagioso y adictivo, porque cuando se registra en la atmósfera, dan ganas de sumarse y de que continúe. Tal vez todos tengamos una necesidad muy grande de estar en esa atmósfera.

La mirada con humor cambia la estructura de temor, inhibición, dificultades, ayudando a que crezca la acción y la transformación del mundo al mejorar las relaciones.

**En las Producciones:** surgió entonces el interés por el ámbito de Escuela en relación a esta mirada. Si consideramos la importancia de las Producciones, ¿por qué no jugamos a las producciones? Podríamos reunirnos con los que quieran a presentar títulos, sin ningún tipo de censuras, opinar, aportar, profundizar, intercambiar sobre las dificultades, etc..... Una vez o las que queramos. No sé si por mi parte tengo algo más importante que hacer.

---

<sup>19</sup> Apuntes personales de Paula, Mosi y Rosita de reunión con Silo, Mendoza, Octubre de 2005

<sup>20</sup> En el Diccionario del Nuevo Humanismo (Silo, Obras Completas), aparece: La **risa** es un instrumento agudo en la lucha político-social. La **risa** permite poner en la picota a los opresores, ridiculizarlos y obtener la victoria moral sobre ellos.

El **Nuevo Humanismo** en muchas de sus publicaciones y actividades sociales practica la ironía y la sátira para combatir al oscurantismo y la opresión, para defender la dignidad y las libertades humanas.

## Experiencias Personales.

1. **El humor y el Guía:** gracias al humor, la relación con el guía interno se ha ido haciendo más cercana venciendo cierta distancia y timidez que me dificultaban la conexión.
2. **La autocensura:** uno se imagina todo desde el paisaje de formación. El humor permite soltar, dudar, mover imágenes. Permite imaginar lo inimaginable. Tiene esa característica, muy mental. Hay una imagen que fortalecía la mirada lúdica: la presencia de la finitud personal. Esto me llevaba a jugar, a despegarme de las dificultades cotidianas y atender a lo importante. Me sorprendió la pérdida de tiempo que producía la autocensura. Es como si hubiese vivido pocos momentos interesantes y que ahora cambiaba: había unos pocos momentos no interesantes y muchos momentos de acciones y de aprendizajes. Me pareció claro que se estaba produciendo una transferencia importante. Surge la sospecha de que en algún momento también voy a empezar a reírme de la muerte.
3. **Deshipnosis:** esta mirada lúdica tenía asociada una menor importancia o gravedad que le atribuía a algunos fenómenos externos e internos. Me resultó muy simpático e interesante descubrir cómo esta experiencia se producía a partir de esta mirada. Imágenes que hasta el momento se me presentaban con mucha carga negativa, que me inmovilizaban, cedían generando una mayor disponibilidad, atención y energía. Las dudas, los temores, las confusiones, ser tomado por las compulsiones y el sufrimiento en general retrocedían antes esta actitud. A la vez registraba que contaba con un nuevo caudal de energía del que podía disponer en la dirección del Propósito. Por supuesto que esta nueva mirada estaba a su vez impulsada por el Propósito.
4. **Mejorar el trato:** el humor va liberando al “yo” de momento de sufrimiento, me deja energía que me permite mejorar el trato. Hay más disponibilidad para registrar al “otro”. El crecimiento del humor en uno puede ayudar a las relaciones, al superar momentos de tensión o de violencia interna. Se trata entonces de una ayuda para resistir la violencia que hay en uno y fuera de uno y para tratar a los demás como quiero ser tratado.
5. **Acceder a estados positivos:** es interesante la relación entre el humor y los estados internos por los que uno transita: cuando hay tensiones, climas negativos o contradicciones, hay ausencia de humor. No es raro ya que como sabemos, estos estados están asociados a una cerrazón del futuro y a una falta de movilidad en las imágenes.
6. **Reconciliación:** recorro mentalmente a algunos amigos, “compañeros de humor” en la vida y me emociono al ver sus recorridos muy variados. No fui capaz de acercarme a uno de ellos en un momento de gran dificultad. Nos abrazamos y reímos juntos como hace muchos años, antes de que partiera. Con otro, con el que mantengo distancia, me surge la necesidad de acercarme y de saber en qué está.

## **Conclusiones.**

Es posible ir construyendo un estilo de vida con humor que nos va ubicando en los espacios altos de la conciencia donde se manifiestan la alegría, la apertura de futuro y la luminosidad. El humor es mágico porque transforma todo lo que toca y es contagioso, como si hubiese una necesidad de entrar en esta atmósfera.

Ha sido importante valorar e incorporar el humor como parte del estilo de vida. Registro que esto se va haciendo poco a poco, como toda construcción.

## Resumen.

Este breve estudio y reflexión sobre el humor surge a partir de una lectura sobre el ludismo que hicimos en el grupo de estudio y que luego suscitaron registros de disponibilidad y de apertura al mundo. A partir de allí, revisando algunos materiales, surgió también el interés de revisar el sustrato o paisaje de formación en el que se daba el humor influenciado por algunas corrientes místicas y religiosas.

En varios casos el humor se encontraba muy presente en estas corrientes, en otros ausentes y a veces abriéndose paso, a pesar de las miradas establecidas en la época. Este rechazo, se da muy fuerte en el cristianismo donde el humor es considerado una blasfemia frente a la supuesta solemnidad con la que se deben tratar ciertos temas.

En el budismo el humor es frecuente, mientras el Buddha hace caer en cuenta a sus discípulos de la impermanencia de todo lo que se cree y percibe a través de los sentidos.

En el judaísmo, se extraen textos de la corriente jasídica donde los cuentos y el humor se utilizan como forma de enseñanza alejada de las exigencias ortodoxas.

En el cristianismo, algunos santos logran abrirse paso, en medio de la inquisición, expresando una gran alegría y buen humor en su relación con Dios.

En el islamismo, abunda el humor. Se extraen historias del Mullah Nasredin, maestro sufí conocido por sus enseñanzas y por sus locuras.

Luego, con la colaboración de varias amigas y amigos, fuimos rescatando textos, anécdotas y reflexiones sobre el humor en el siloísmo, apuntando que forma parte de nuestro ADN. Se rescatan varios escritos del Maestro sobre el humor y también testimonios de siloístas acerca del humor del Maestro. Luego se hace una relación entre el humor, la catarsis y las transferencias.

Continúa con una reflexión acerca de las resistencias que le pone el medio al humor y con algunas consideraciones sobre el humor en el estilo de vida.

Por supuesto que este escrito sólo ha sido posible apelando al humor ya que desde la seriedad, creo que no habríamos pasado del título.

Finalmente, para continuar con esta construcción, invitamos a los que quieran, a que formemos un ámbito lúdico **para el desarrollo de Producciones de Escuela**. Un ámbito donde intercambiemos sin censura y con humor sobre nuestras ideas, dudas y propuestas en torno a las Producciones.

## Síntesis.

Tanto el medio como miles de años de diferentes culturas se sintetizan en nuestros paisajes de formación como resistencias al humor y en particular en las búsquedas y relación con lo divino. Si queremos desarrollarlo, tendrá que ser producto de nuestra intencionalidad, es decir de cómo lo valoremos. Cuando logramos conectar con el humor, registramos que nos vamos ubicando en los espacios altos de la conciencia donde se manifiestan la alegría, la apertura de futuro, la luminosidad y donde hay energía disponible. El humor es mágico, ya que es una atmósfera que con su varita va transformando todo lo que toca. Además, es contagioso, seguramente porque existe la necesidad de él. Probablemente algunas corrientes espirituales pudieron crecer y desarrollarse en gran medida gracias a que el humor les permitió superar sus rigideces y evolucionar.

Este trabajo ha sido posible gracias a tantas y tantos con los que hemos compartido carcajadas; al humor y profundidad del grupo de estudios en el que participo desde hace varios años; a la colaboración de varias amigas y amigos que complementaron el texto inicial y al Maestro por dejarnos el recuerdo y el futuro de la experiencia del humor y de la alegría. Muchas gracias.

Parques de Estudio y Reflexión los Manantiales - febrero 2021  
Juan Aviñó

## Anexo Lo Apolíneo y lo Dionisiaco.

Refiriéndose a Apolo: Paradójico también que sus más famosas hazañas míticas no sean exponentes de las virtudes que se ha terminado por llamar «apolíneas»: la serenidad, el respeto hacia la ley y el orden, la divina armonía. El dios se deja arrebatar muchas veces por el deseo de venganza, por los celos y hasta por el rencor. Pero estas debilidades perderán enseguida su carácter antropomórfico y terminarán por revelar una de las múltiples dimensiones de la divinidad tal como los griegos la entendían.

Esta veneración por el «padre de los olímpicos» explica las relaciones de Apolo con las ideas del orden y la ley. Durante la época clásica, Apolo representa ante todo el aspecto legal de la religión.

El «éxtasis» apolíneo, aunque provocado muchas veces por la «inspiración» (es decir, por la posesión) divina, no implicaba la comunión que tenía lugar a causa del entousiasmos dionisiaco .... El éxtasis dionisiaco representa ante todo la superación de la condición humana, el descubrimiento de la liberación total, la obtención de una libertad y de una espontaneidad inaccesibles a los hombres. Que entre estas libertades figura también la liberación con respecto a las prohibiciones, las regulaciones y los convencionalismos de orden ético y social, parece cierto, y ello explicaría en parte la adhesión masiva de las mujeres. Pero la experiencia dionisiaca llegaba a unos niveles más profundos. Las bacantes que devoraban carne cruda recuperaban un comportamiento que había sido rechazado desde decenas de millares de años antes. Unos gestos frenéticos como aquellos sólo pueden interpretarse como una forma de comunión con las fuerzas vitales y cósmicas justificada por una posesión divina. Que se confundiera la posesión con la «locura», la manía, no es de extrañar. También Dioniso había experimentado la «locura», y el bacante no hacía otra cosa que participar en las pruebas y en la pasión del dios. En última instancia, ésta era una de las formas más seguras de entrar en comunión con él.<sup>21</sup>

Tomando como base los caracteres de estos dioses griegos, en la interpretación de Nietzsche: **Apolo**, extraído de las **esculturas** que lo representan, sería la belleza, la perfección de formas, y más allá, representaría la cordura, el sueño y la **poesía**. **Dioniso**, representado por los **griegos** en su "carro cubierto de flores y guirnaldas, con su yugo tirado por la pantera y el tigre", sus bacanales, con sus participantes danzando movidos por el vino, representaría la embriaguez, el desenfreno de los **sentidos**, el éxtasis. La escultura (por extensión el resto de artes plásticas) y la poesía estarían impregnadas de lo apolíneo y dadas a la contemplación íntima. Mientras que la música y la danza serían artes dionisiacas dadas a la exaltación colectiva.

---

<sup>21</sup> Historia de las Creencias y las Ideas Religiosas; Mircea Eliade: Editorial Paidós, 1999

## Anexo La verdadera Solidaridad.

A continuación, copiamos dos textos del libro Cartas a mis Amigos de Silo:

*“La antigua solidaridad, heredera de lo que en algún momento se llamó "fraternidad", ha terminado por perder significado. Los compañeros de trabajo, de estudio, de deporte, y las amistades de otras épocas toman el carácter de competidores; los miembros de la pareja luchan por el dominio, calculando desde el comienzo de esa relación cómo será la cuota de beneficio al mantenerse unidos, o cómo será la cuota al separarse. Nunca antes el mundo estuvo tan comunicado, sin embargo, los individuos padecen cada día más una angustiada incomunicación. Nunca los centros urbanos estuvieron más poblados, sin embargo, la gente habla de "soledad". Nunca las personas necesitaron más que ahora del calor humano, sin embargo, cualquier acercamiento convierte en sospechosa a la amabilidad y la ayuda”.*<sup>22</sup>

Y más adelante, en un cuento ficción escribe:

*“La antigua solidaridad, propia de la pobreza, no será necesaria. Ya muchos están de acuerdo en que con dinero, o algo equivalente, se solucionarán casi todos los problemas; por consiguiente los esfuerzos, pensamientos y sueños, estarán lanzados en esa dirección. Con el dinero se comprará buena comida, buena vivienda, viajes, diversiones, juguetes tecnológicos y personas que hagan lo que uno quiera. Habrá un amor eficiente, un arte eficiente y unos sicólogos eficientes que arreglarán los problemas personales que pudieran quedar y que más adelante terminarán de resolver la nueva química cerebral y la ingeniería genética”.*

En el Libro de la Comunidad para el desarrollo humano<sup>23</sup>, se lee:

### **La verdadera solidaridad.**

*“Consideremos estas ideas: «Donde hay sufrimiento y puedo hacer algo para aliviarlo, tomo la iniciativa. Donde no puedo hacer nada, sigo adelante alegremente.»*

*Semejantes ideas parecen prácticas, pero nos dejan el sabor de falta de solidaridad. ¿Cómo seguir adelante alegremente, dejando atrás el sufrimiento, desentendiéndonos del pesar ajeno?*

*Veamos un ejemplo. En medio de la acera un hombre cae en violentas convulsiones. Los transeúntes se arremolinan, dando instrucciones contradictorias y creando alrededor del enfermo un cerco asfixiante. Muchos se preocupan, pero no son efectivos. Tal vez, quien llama urgentemente al médico, o aquel otro que pone a raya a los curiosos para evitar el apiñamiento, sean los más cuerdos. Yo puedo ser uno de los que ha tomado la iniciativa, o tal vez un tercero que logra algo positivo y práctico en tal situación. Pero si actúo por simple solidaridad creando confusión, u obstaculizando a los que pueden hacer algo conducente, no ayudo, sino que perjudico. Lo anterior es comprensible, ¿pero ¿qué quiere decir? «...Donde no puedo hacer nada, sigo mi camino alegremente» No quiere decir que estoy muy contento por lo que sucedió. Quiere decir que mi dirección no debe ser entorpecida por lo*

---

<sup>22</sup> Cartas a mis Amigos, Primera Carta, El cambio y las relaciones entre las personas. Silo, 1991

<sup>23</sup> Organización social y cultural, nacida en 1980, que promueve el cambio conjunto de la sociedad y de los individuos a través de estudios y actividades que faciliten la acción transformadora. La propuesta es "transformación simultánea del individuo y su medio inmediato con el objeto de formar un ser humano y un mundo solidario y no-violento".

*inevitable: quiere decir que no debo sumar problemas a los problemas; quiere decir que debo positivizar el futuro, ya que lo opuesto no es bueno para otros ni para mí. Hay personas que con una mal entendida solidaridad, negativizan a quienes quieren ayudar y se perjudican ellas mismas. Esas son restas a la solidaridad porque la energía perdida en ese comportamiento debería haberse aplicado en otra dirección, en otras personas, en otras gentes, en otras situaciones en las que efectivamente, hubiera obtenido resultados prácticos. Cuando hablamos de resultados prácticos, no nos referimos solamente a lo brutalmente material, porque hasta una sonrisa o una palabra de aliento pueden ser útiles si existe alguna posibilidad de que ayuden”.*

## Anexo El oficio lúdico.

*“El oficio, además de entrenar en la diferenciación de actos tiende a desarrollar la "actitud lúdica", tomándola como "acto" que se entrena y desarrolla a través de la movilización que le impone "la regla" de trabajar con permanencia en el oficio.*

*El oficiente interesado en el desarrollo del oficio con pulcritud, permanencia y tono, encontrará dificultades en la métrica precisa al tomar contacto con el tipo de elemento a ponderar. Esta misma dificultad llevará a profundizar una observación de creciente rigor descriptivo de tono personal y de distancia progresiva de su objeto de estudio y materia prima. Al poner el acento sobre el producido preciso, se condiciona una actitud interna en el operador (o el que produce)”.*<sup>24</sup>

No siendo el tema de este estudio, queda pendiente la tarea a futuro de investigar la relación del humor con el oficio lúdico. Seguramente, como en todos los Oficios de Escuela, acá se trabajará la pulcritud, la permanencia y tono en los actos de conciencia ya que se trata de un oficio de la Disciplina Mental.

---

<sup>24</sup> Carpeta Naranja: Charla Introductoria los Oficios