

Psicoanálisis y seitai*

Josep Maria Blasco

Espacio Psicoanalítico de Barcelona
Balmes, 32, 2º 1ª – 08007 Barcelona
josep.maria.blasco@epbcn.com
+34 93 454 89 78

11 de mayo de 2014

1 Introducción

El *seitai* (整体: «el cuerpo regulado» [7, p. 7] o «el cuerpo coordinado» [13]) es «una actividad cultural sobre la vida y la salud» [13, p. 11]. Incluye un conjunto de prácticas («katsugen undo», «yuki», «gyoki») y una teoría («taiheki»), ideados en la década de 1940 por el japonés Haruchika Noguchi (1911-1976). En 1980, empecé a aprender en Barcelona *yuki* y *katsugen*,¹ entre otras prácticas, en grupos experimentales coordinados por Enric Boada y Uma Ysamat;² con ellos también adquirí algunos conocimientos de *taiheki*, y he seguido practicando *yuki* y *katsugen*, con algunas interrupciones, durante toda mi vida; desde noviembre de 2011 participo en un grupo semanal de *seitai* coordinado por Paco Lacueva.³ En 1974 leí *La interpretación de los sueños*, y a partir de ahí el *Malestar*, el *Porvenir*, la *Psicopatología*, el *Chiste*, algunos textos de Jung y de Adler, los *Fundamentos de la sociometría*

*URL de este documento: <https://www.epbcn.com/pdf/josep-maria-blasco/2014-05-11-Psicoanalisis-y-Seitai.pdf>. La versión HTML puede encontrarse aquí: <https://www.epbcn.com/textos/2014/10/psicoanalisis-y-seitai/>. Ponencia leída el sábado 11 de mayo de 2014 en las XIV Jornadas Psicoanalíticas del EPBCN, tituladas *Aperturas en psicoanálisis (III)*, y celebradas en la sede del EPBCN los días 9, 10 y 11 de mayo.

¹Utilizaré la denominación coloquial, abreviada y más habitual, de *katsugen*, en vez de la más correcta *katsugen undo*.

²Uma YSAMAT era estudiante de Katsumi MAMINE, que a su vez fue estudiante de NOGUCHI y el introductor principal del seitai en España.

³Que también estudió, entre otros, con MAMINE.

de Moreno, libros sobre grupos...; en casa de mis padres se respiraba, en ese momento, un interés muy amplio por todo lo *psi*. Mientras cursaba Matemáticas, alrededor de 1980, empecé a leer a Lacan, y después a los lacanianos. En 1991 comencé a practicar psicoanálisis como paciente, y en 1997 como psicoanalista.

Este texto recopila una serie de interrelaciones, paralelismos, resonancias y conexiones que se me han ido presentando en el transcurso del ejercicio continuado de esos dos tipos de prácticas. No pretendo intentar una articulación teórica entre el psicoanálisis y la teoría del *seitai*; en cuanto al *seitai*, no considero que tenga conocimientos suficientes. Me situaré, más bien, y con respecto a éste, en la perspectiva de un practicante con cierta experiencia. Este será, pues, el escrito de un psicoanalista que practica *seitai*, al que esa práctica le ha dado bastante que pensar durante muchos años.

Una de las características más notables y específicas de las prácticas del *seitai* es que son eminentemente *experienciales*: «Lo que cuesta entender si lo pensamos, de hecho se vuelve sencillo al practicarlo» [7, p. 123]. Uno, cuando *hace yuki*, no se pregunta *qué es el yuki*, ni *para qué sirve*, ni tampoco se reciben, en las prácticas introductorias, muchas explicaciones teóricas;⁴ algo parecido pasa con el *katsugen*. En cuanto al *taiheki*, que es un esquema conceptual producto de la observación, no podría funcionar, como es lógico, sin algo de teoría, pero siempre se enseña acompañándolo de numerosas observaciones. Las prácticas, pues, serán presentadas mediante su descripción, mientras que para la teoría del *taiheki* me contentaré, por razones de espacio, con aludir a los aspectos teóricos que me interesen.

2 *Katsugen*

2.1 Descripción somera de la práctica

El *katsugen* (活元運動, *katsugen undo*, «movimiento espontáneo regenerador»⁵) puede practicarse solo o en grupo. Por lo general, se realizan antes determinados ejercicios preparatorios, que no vamos a describir aquí; a continuación, se permite, en un estado que se describe como de «mente abandonada», que aparezca el llamado «movimiento espontáneo (o involuntario) regenerador». Se trata de un tipo de movimiento no controlado por la mente consciente, que aparece por sí solo y sobre el que no debe interfe-

⁴Sí se hace en los grupos avanzados, como es de esperar.

⁵NOGUCHI, al final de su vida, definió el *katsugen* como «diálogo interior» [13, p. 160], pero mi impresión es que esa expresión, en Occidente, puede dar lugar a equívocos con locuciones similares, como «diálogo interno», que quieren decir otra cosa.

rirse, y que no tiene nada que ver con movimientos gimnásticos, regulares, supuestamente armoniosos, etcétera.

El movimiento que aparece es cada vez distinto, en su forma, intensidad, duración y naturaleza, y tan sólo hay que dejarlo aflorar, permitirlo, acompañarlo, sin esperar que tenga congruencia alguna con movimientos conocidos ni con los movimientos que hayan aparecido en otras ocasiones.

Practicado correctamente, el *katsugen* estimula la autorregulación del cuerpo, lo regenera. Como ejemplo: es posible que emerjan dolores profundos, debidos a lesiones enterradas; el cuerpo, a veces, sabe encontrar por sí mismo la manera de regenerar esas lesiones, hallando movimientos que lo ayudan y que sería absolutamente imposible producir voluntariamente.

2.2 Espontaneidad y consciencia: el saber del cuerpo

Nos centraremos en el aspecto de «regeneración», «reequilibrio», «regulación» o «coordinación» que se espera que el cuerpo alcance «por sí mismo» (es decir, sin intervención de la voluntad o la consciencia: por eso hay que hacerlo con la «mente abandonada»), de modo «espontáneo», «involuntario» o, como llegan a decir en alguna ocasión, «inconsciente».

Cuando se usa la expresión «mente abandonada», ¿qué se abandona, exactamente, qué se deja abandonado? Claramente, no será la mente misma: no se trata de perder la consciencia. Pero tampoco se tiene consciencia a la manera usual. Parece que lo que se nos pide es dejar de lado la voluntad («involuntario») y el esfuerzo («espontáneo», que tiene entre sus antónimos «esforzado», que volveremos a encontrar más adelante en el «hacer sin esfuerzo» del *wu wei*⁶), que estarían emparentados con un cierto *exceso de consciencia* (de ahí lo de «inconsciente») que impediría la aparición del movimiento.

Así, el cuerpo habría perdido un saber que vendría con el ser por un exceso de voluntad y de consciencia, y el *katsugen* sería una práctica que tendería a hacer aparecer ese saber deshaciendo momentáneamente ese exceso. Hay que estar completamente cegado por el significantismo para no reconocer que el cuerpo, por sí mismo, sabe hacer bastantes cosas, que van más allá de la voluntad, la consciencia y lo aprendido: no sólo toser, estornudar o bostezar, que son fenómenos sobre los que a menudo se intenta interferir, sino los «tics» temporales en diversas partes del cuerpo, que aparecen y desaparecen por sí solos, y toda una serie de cosas que damos por sentadas, como que el pelo o las uñas crezcan (nadie en su sano juicio diría «voy a hacer crecer mi pelo»), la digestión se produzca, el corazón lata y, en última instancia, nacer y morir.

Centrémonos por un instante en los tics. Es fascinante ver cómo califica

⁶En el apartado 4.2.1, *Wei wu wei, y una advertencia*, en la página 9.

la página de la *American Academy of Child & Adolescent Psychiatry* a los tics nerviosos, en el apartado *Facts for Families* [1]: los define en primer lugar como «un problema»: «un tic es un problema en el cual una parte del cuerpo se mueve repetidamente, rápidamente, de repente y sin control». Descartando los tics crónicos, y por supuesto el mucho más grave síndrome de Tourette, a los que alude el *Fact* citado, ¿dónde estaría el «problema»? Está claro: el tic *distrae*, atenta contra la ilusión del cuerpo quieto, que *me obedece* (al padre y al educador, al principio, que son quienes tienen «el problema», y después al niño mismo, que ha hecho suya la demanda de que su cuerpo le obedezca), que está *bajo control*.

Lo curioso es que el «problema» vaya por delante: no hay *escucha del cuerpo*, sino un intento de silenciarlo de entrada, de controlarlo, de hacerlo obedecer. Una cierta organización del mundo, alienada y alienante, en la que se intenta primero que sea el otro el que nos obedezca, que esté controlado, silenciado, termina, por interiorización, enfrentándonos a nosotros mismos, cooperando en generar una división entre nuestro cuerpo y *otra cosa* que seríamos *nosotros mismos* y que estaría muy interesada en «controlar» nuestro cuerpo. La interiorización de la ley, la identificación con los agresores: es muy difícil no ver aquí un aspecto corporalizado del superyó freudiano.

La antipsiquiatría llevó a su extremo la intuición de Freud de que el delirio no es la enfermedad, sino la tentativa de curación. Qué se considere un delirio es, claramente, dependiente de la forma cultural y de las personas concretas que nos rodean.⁷ Algo parecido sucede con el movimiento: la mayoría de las formas culturales reprime la expresión del movimiento espontáneo, con lo que el cuerpo va perdiendo la facultad de autorregenerarse.

El *katsugen* propone deponer lo voluntario y lo esforzado para permitir que el cuerpo recupere su propio movimiento, y ese movimiento *regenera, regula*. No se le dicta de entrada al cuerpo cómo tiene que ser, comportarse, moverse, sino que, en una especie de *escucha* independiente de la voluntad, se deja que acontezca el movimiento. Siguiendo esa vía, cabría preguntarse también hasta qué punto la asociación libre, bien practicada, es decir, como experiencia plena, regeneradora y reguladora, de ser hablado, no podría considerarse como una especie de *katsugen de la palabra*.⁸

⁷Ramana MAHARSHI, uno de los más grandes sabios indios de la época moderna, se pasó varios años en completa inmovilidad sentado encima de un hormiguero; la tradición india quiso que lo considerasen un santo: se encargaban de cortarle las uñas, le alimentaban con leche, le curaban las heridas producidas por las hormigas... Prueben de hacer lo mismo en Occidente: a las pocas horas estarán privados de libertad e hinchados de Haloperidol.

⁸Debo a una conversación con Enric BOADA esta productiva metáfora.

3 La teoría del *taiheki*: el «hábito del cuerpo»

3.1 Un esbozo

La teoría del *taiheki* (体癖: literalmente, «hábito del cuerpo») plantea la existencia de «cinco dinámicas o formas básicas de percepción y reacción a los estímulos. Cada persona tendría una predisposición innata al predominio de alguna de las cinco dinámicas» [6].

Se trata de una teoría de gran complejidad, que no puedo presentar con el suficiente detalle aquí, por lo que me limitaré a enumerar los distintos *taiheki*s y a decir alguna cosa muy sencilla, y por eso mismo con seguridad demasiado simple, sobre ellos. El *vertical*, *ascendente* o *arriba-abajo* tiende a procesar la realidad cerebralmente; el *lateral* o *izquierda-derecha* tiende a la emoción, la relación afectiva con los demás y el gusto por la comida; el *frontal* o *adelante-atrás* tiende a la descarga mediante la acción; el *rotatorio* o *torcer* tiende a la emulación y la competencia; el *central* o *abrir y cerrar* tiende a la intensidad y a lo instintivo. Cada persona cuenta, de modo innato, con todos los *taiheki*s, pero algunos predominan y otros pueden casi no expresarse. Por ejemplo, se dice coloquialmente «éste es arriba-abajo con izquierda-derecha», para referirse a una persona con predominio vertical y una tendencia secundaria a la lateralidad. En algunas personas se marcan todos o casi todos los *taiheki*s, mientras que en otras se hace difícil discernir algunos o varios de ellos.

3.2 El problema de lo constitucional

La teoría del *taiheki* nos interesa, en primer lugar, porque entra de lleno en uno de los problemas más lateralizados por las corrientes psicoanalíticas en boga: el de lo *constitucional*. Freud se refiere en incontables ocasiones a la importancia de lo constitucional en la etiología de las neurosis,⁹ pero también

⁹Por ejemplo, con las «series complementarias» en [4].

En *Análisis terminable e interminable* (Aморrortu, XXIII; subrayados propios) escribe «El próximo interrogante es si toda alteración del yo es adquirida durante las luchas defensivas de la edad temprana. La respuesta es inequívoca. No hay razón para impugnar la existencia y significatividad de diversidades originarias, congénitas, del yo. Un hecho es decisivo: cada persona selecciona siempre sólo algunos de los mecanismos de defensa y los emplea luego de continuo. Esto señala que el *yo singular está dotado desde el comienzo de predisposiciones y tendencias individuales, sólo que nosotros no somos capaces de indicar su índole ni su condicionamiento*. Además, sabemos que no es lícito extremar el distinguo entre propiedades heredadas y adquiridas hasta convertirlo en una oposición; entre lo heredado, lo adquirido por los antepasados constituye sin duda un sector importante. Cuando hablamos de “herencia arcaica” solemos pensar únicamente en el ello y al parecer suponemos que un yo no está todavía presente al comienzo de la vida singular. Pero no descuidemos que ello y yo originariamente son uno y *no significa ninguna sobreestimación*»

es verdad que habitualmente pasa rápido y como por encima del problema, aludiendo a que ya «otros se han ocupado con solvencia del tema y nosotros no tenemos nada que añadir».¹⁰ Con esto, por una parte, subraya la especificidad del discurso analítico, pero, por otra, al remitir a esos «otros» que ya se habrían ocupado del tema sin producir articulaciones explícitas entre lo específico del psicoanálisis y lo constitucional, inaugura una tendencia a dejarlo de lado que perdura hasta nuestros días. Entretanto suceden varias cosas: las tipologías, por una falsa amistad con la fisonomía, que a su vez se ha asociado, en este caso con razón, con argumentos racistas y fascistas, caen en un cierto desprestigio; y por otra parte aparecen teorías de la *tabula rasa*, necesarias para las orientaciones más significantistas del psicoanálisis, que sino no se sostendrían. Si a esto le agregamos la contaminación ideológica ambiental que quiere que todos los hombres «sean iguales», así, sin matizar (lo que no hace más que describir el abyecto punto de llegada de una pendiente resbaladiza que, iniciada en el amor de Dios y pasando por un Derecho que se quiere cada vez más laico, no puede evitar desembocar en una estupidez absolutamente contraria a la experiencia más elemental), el problema de la constitución se convierte en literalmente impensable: porque éste *no existe* (puesto que todos «somos iguales»), porque *está mal planteado* (puesto que todo es producto y hasta «consecuencia» del significante), y porque es *políticamente incorrecto* (lo que, como mínimo, debería resultar sospechoso).

En otro deslizamiento (que no carece de coherencia interna: lo que falla es el punto de partida), se pasa de «todos los hombres son iguales» a «todos los hombres son psicoanalizables»,¹¹ después a que «todos» deberían psicoanalizarse, y finalmente a un «psicoanálisis para todos» en el que, más allá de un cierto aroma medio ecuménico y como de pensamiento único, se deja traslucir, por un lado, una ambición monetaria elemental: si el psicoanálisis es «para todos», se universaliza el mercado; y, por otro, su consecuencia, más nefasta: si la demanda, según se ha dictaminado, ya es universal, sólo queda restringir la oferta: entonces hay que eliminar, estigmatizar, excomulgar a todas las demás corrientes, promulgar que la propia corriente es la única

mística de la herencia considerar verosímil que el yo todavía no existente tenga ya establecidas las orientaciones del desarrollo, las tendencias y reacciones que sacará a la luz más tarde».

Y también «Con la intelección de que *las propiedades del yo que registramos como resistencia pueden ser tanto de condicionamiento hereditario cuanto adquiridas* en las luchas defensivas, el distingo tópico entre yo y ello ha perdido mucho de su valor para nuestra indagación».

¹⁰ *Ibid.* Parfraseo.

¹¹ Algo de razón tienen: si todos fuesen iguales y hubiese uno que no fuese psicoanalizable, no podría serlo nadie.

«pura» y «estricta», y gozar de la inmensa riqueza que nos deparará nuestro recién ganado y bien merecido monopolio universal. El pequeño problema es que la realidad no parece plegarse a lo que no puede describirse más que como un *pipe dream*, y mientras tanto los pacientes huyen a toda prisa de esas batallitas, buscando aguas menos «puras» y «estrictas» y, por qué no decirlo, también más *amables*.

Y es que ni el psicoanálisis es «para todos»,¹² ni los hombres son «todos iguales». Pero, entonces, si no son iguales, ¿cómo pensar la diferencia? Es en este punto en el que considero que teorías como la del *taiheki* y similares pueden resultar muy útiles. Podría objetarse que el *taiheki* no es sino una tipología más, del estilo de la de Kretschmer; no lo creo así: el *taiheki* no clasifica en tipos somáticos o morfológicos, ni tampoco en tipos psíquicos: es que ha sido gestado en una tradición cultural que concibe de una manera mucho más lábil las diversas fronteras entre lo psíquico y lo somático, hasta cuestionar su existencia misma. Además, y en esto coincide con el psicoanálisis freudiano, no es una teoría especulativa, sino el resultado de una laboriosa observación, que no se ve limitada, pero tampoco excluye, el estudio científico y el uso de instrumentos como el estabilógrafo. Por último, maneja una noción de inconsciente que, sin ser idéntica a la del psicoanálisis, tendría que resultarle interesante.

3.3 La teoría de la pulsión

Freud consideraba que la teoría de la pulsión era la parte «más oscura» del psicoanálisis, y aquella de la que esperaba más desarrollo ulterior. La teoría del *taiheki* contiene elementos que permiten evocar la teoría pulsional freudiana: plantea, para cada *taiheki*, una modalidad propia de «carga» y «descarga» [7, p. 165]. La *carga* se atribuye a la energía sobrante propia del ser humano, que no la necesita toda para su conservación física, y «las formas peculiares de tensión excesiva» [7, p. 164]. La *descarga* es específica en cada *taiheki*: *cerebral* para el arriba-abajo, *sentimental* para el izquierda-derecha, *activa* para el adelante-atrás, *competitiva* para el torcer, *instintiva* para el cerrar-abrir [7, p. 164]. La carga (que es progresiva) nos hace pensar en la

¹²En FREUD, claramente, no lo es. En *Esquema del psicoanálisis* [5], por ejemplo, encontramos los siguientes condicionamientos: 1) «el grado de inhibición del desarrollo» como un factor que puede determinar «la medida de nuestra influencia»; 2) como «precondición para nuestra operación terapéutica», que la «alteración del yo debida a la intrusión de elementos inconscientes no [haya] superado cierta medida»; y 3) el «gran papel» que desempeñan «la aptitud de la persona para la sublimación pulsional [...], lo mismo que su capacidad para elevarse sobre la vida pulsional grosera, y el poder relativo de sus funciones intelectuales».

fuerza de la pulsión (que, en el *Proyecto*, opera por sumación); la descarga, en la meta; el malestar asociado a la tensión parcial excesiva, a la perentoriedad; el objeto correspondería al «modo de descarga» [7, p. 169], correlativo al modo de carga.

Dicho de un modo menos abstracto: si hacemos el experimento mental de tomar los procesos de carga y descarga propios de cada *taiheki* como pulsiones en el sentido freudiano, eso nos permite plantearnos la posibilidad de que existan pulsiones básicas de actuar (sería la propia del *taiheki* frontal) o de socializar (el *taiheki* lateral); tendencias naturales¹³ a «sublimar la energía sobrante en actividad intelectual»¹⁴ (el *taiheki* arriba-abajo); etcétera.

El tema no es banal: es completamente diferente, por ejemplo, contemplar la acción como una conducta, un asunto moral o una disposición pulsional constitucional (lo mismo es válido para la tendencia a socializar, o la tendencia a sublimar en actividades intelectuales, etcétera). No estoy diciendo que el psicoanalista deba implicarse o juzgar lo que el paciente hace (aunque a veces su deber sea hacerlo): estoy diciendo que lo que se concibe *determina la escucha*.

4 *Yuki*

4.1 Descripción somera de la práctica

El *yuki* (愉気, «*ki* grato» [13, p. 160]) suele practicarse entre dos personas;¹⁵ por eso a veces se le llama «*yuki* mutuo» [7, p. 108]. Una de ellas (la que «recibe») se tumba en el suelo¹⁶ boca abajo, y la otra (la que «hace» *yuki*, aunque «hacer», en este contexto, no es la palabra más adecuada: se comprenderá mejor a qué nos referimos en el siguiente apartado) se sitúa sentada a su lado.¹⁷ El que está tumbado no hace nada, ni se supone tampoco que tenga que hacer nada.¹⁸ El que hace coloca inicialmente sus manos, «como si

¹³En el sentido de *atómicas*: no reducibles a algo más sencillo o susceptibles de descomposición.

¹⁴Ver [14]. La traducción es propia.

¹⁵Es posible hacerse *yuki* a uno mismo, y también lo es hacer *yuki* entre más de dos personas (aunque esto es más inhabitual), pero voy a ceñirme al caso más típico.

¹⁶O en algún lugar plano, como una cama, y de modo que esté cómodo, por ejemplo encima de una manta, toalla, futón, etcétera. Es también posible hacer *yuki* sentado o en otras posturas, pero esto carece de relevancia aquí.

¹⁷De modo que la mano izquierda esté en el lado de la cabeza.

¹⁸Paradójicamente, este «no hacer nada» corresponde al papel *activo*; esto se entenderá mejor en el siguiente apartado, cuando abordemos el aspecto *wu wei* del *yuki* (y del *seitai* en general).

sostuviéramos un papel finísimo entre éstas y el cuerpo» [7, p. 126],¹⁹ sobre la espalda del que recibe,²⁰ de modo que la columna vertebral pase por la mitad de la palma, sin intención alguna,²¹ dejando que las manos encuentren su lugar en la columna por sí mismas. Después de esto, el que está sentado se limita a «respirar por las manos».

A medida que se profundiza en la práctica, se observa que las manos van tendiendo a *saber* con más facilidad cada vez dónde han de ir. Es frecuente que el que recibe comente después que las hemos puesto justamente en la zona que lo necesitaba.²² El *yuki* deja de estar confinado entonces a la columna, y puede hacerse en cualquier parte del cuerpo (cabeza, nuca, vientre, caderas, piernas, pies, etcétera). Las manos van adquiriendo sensibilidad, y se empiezan a percibir con detalle progresivo aspectos del cuerpo del que recibe: estado energético, muscular, tendinoso, circulatorio, etcétera (lo mismo es aplicable a los órganos internos, cuando se hace *yuki* en el abdomen). Se establece un tipo de comunicación muy especial, distinto de lo habitual, difícil de describir.²³

4.2 Una práctica *sin para qué*

El primer aspecto que nos interesa, y que a muchas personas les resulta muy chocante, es que se trata de una práctica que no tiene *para qué* (lo mismo se aplica al *katsugen*). No se hace *yuki* con un objetivo determinado, ni se sabe de antemano dónde van a ir a parar las manos, ni qué se va a sentir, tanto si se hace como si se recibe.

4.2.1 *Wei wu wei*, y una advertencia

Eso entronca con el concepto de «wu wei»²⁴ (無爲: literalmente «no-hacer», pero también «hacer sin esfuerzo»), de origen taoísta, y que permea

¹⁹O también «como si ésta [la espalda] estuviera recubierta de un papel de seda que no queremos arrugar», [7, p. 108].

²⁰Si el que recibe está boca arriba, la postura clásica consiste en colocar la mano izquierda debajo de la nuca, y la derecha sobre el vientre del tumbado.

²¹«La ausencia de intención y una actitud impersonal son la clave del *yuki* mutuo», [7, p. 108].

²²Por ejemplo, una zona tensa o dolorida y, por supuesto, sin comunicación previa. En muchos casos, el que recibe se da cuenta de que la zona lo necesitaba justo en el momento en que siente posarse las manos.

²³«La comunicación que se establece no es semejante a la percepción de la luz directa, sino más bien de aquella, suave, que se difumina a través de una celosía de papel» [7, p. 126].

²⁴A lo largo de este texto, voy a usar *sin para qué* y *wu wei* como si fuesen intercambiables, con la plena consciencia de estar cometiendo, con un concepto de gran complejidad, una simplificación.

las culturas china y japonesa, de modo que podemos encontrar resonancias *wu wei* en el budismo Zen, en el T'ai chi, etcétera.

Wu wei es un concepto intrínsecamente paradójico, porque se refiere a un *hacer sin hacer* («wei wu wei») que, de entrada, aparece como una contradicción. Con el *yuki*, el *katsugen* y la observación del *taiheki* entramos de lleno en esa paradoja. Algo se busca con el *yuki*, pero no se busca nada con el *yuki*; algo se busca (un despertar de la sensibilidad, donde la mano del que hace sirve de vehículo, y que puede manifestarse como malestar, dolor, sueño, imaginaciones, recuerdos infantiles...), pero no se busca nada (en el momento de practicar, no se pretende nada ni se espera nada).

En el *wu wei* convergen dos grandes líneas, la de la *práctica* y la de la *acción inconsciente*. En la línea de la *práctica*, uno practica sin objetivo durante mucho tiempo, y poco a poco se va depositando un conocimiento que no ha sido buscado, y que buscar voluntariamente aleja sin remedio. En la línea de la *acción inconsciente*, la práctica, después también de mucho tiempo, se ha hecho carne, de modo que puede realizarse sin pensar conscientemente en ella y sin intervención de la voluntad, y entonces y sólo entonces es cuando se realiza de manera correcta.

Las dos líneas llevan aparejado un trabajo intenso y continuado («mucho tiempo»). En una comparación no del todo perfecta: la bailarina de ballet ejecuta *El lago de los cisnes* como si hubiese nacido para ello; baila bien cuando no se aprecia esfuerzo alguno en sus pasos, pero ese baile que aparece como sin esfuerzo es el resultado de un arduo y continuado trabajo de preparación, que no se detecta en el resultado más que por su perfección.

En este escrito he privilegiado el *no se busca nada* frente al *algo se busca*, el *wu wei* frente al *wei wu wei*, porque me permite resaltar mejor algunas de las relaciones que quiero presentar. Dejo al lector el trabajo de considerar, en cada una de esas presentaciones, el otro aspecto que, también por falta de espacio y para no hacerme redundante ni pesado, he dejado de resaltar.

4.2.2 Psicoanálisis y *wu wei*

¿Hay algo *wu wei*, hay algo *sin para qué* en el psicoanálisis mismo? Si intentamos contestar esta pregunta, lo primero que llama nuestra atención es la enunciación de la regla de la asociación libre: *situarse en un estado de serena autoobservación, y comunicar todas las ocurrencias que vayan acudiendo a nuestra mente, sin omitir nada, y sin perder de vista la representación de partida*.²⁵ Claramente, lo que se propone es un hablar *sin para qué*; otra cosa es que eso se cumpla en la práctica. «Hable *sin para qué*», sería enton-

²⁵Paráfraseo de [3].

ces la consigna, «de ese modo llegaremos con rapidez a lo que realmente le concierne, *que usted mismo ignora*».

Dando un paso más, podríamos preguntarnos hasta qué punto no hay un cierto aspecto de *sin para qué* en la noción misma de escucha analítica: la idea de *atención libremente distribuida* ya remite a una no-focalización, a una puesta en segundo plano de la atención voluntaria y consciente. Cuando Freud [2] explica que mientras escucha a los pacientes se abandona al decurso de sus pensamientos inconscientes (para dejar que la escucha inconsciente se produzca) parece también estar muy cerca de una actitud *wu wei*. Desde luego, y esto debe ser aclarado a cada psicoanalista principiante, no se trata de una escucha esforzada; por eso a veces se ha utilizado la expresión «dejar que lo que escucha escuche», lo que querría significar la necesidad de abolir la escucha yoica. Lo que salta a la vista está, paradójicamente, fuera de foco; se aprehende con algo que no es la voluntad ni la consciencia, aunque lo aprehendido deba ser sometido después al escrutinio racional, modulado en sus formas de comunicación, presentado si conviene como hipótesis, insertado en argumentaciones, etcétera.

Por último, podríamos preguntarnos si la práctica analítica, para el paciente, tiene o no *para qué*. En primera instancia, es obvio que en la mayoría de los casos lo tiene: éste acude a su terapia, simplemente, con la intención de curarse.²⁶ Pero también es cierto que muchas de las veces en las que el paciente llega sin haber preparado la sesión, y aparentemente sin nada que decir, son las más productivas. Y, de hecho, las sesiones no habría que prepararlas; es sabido que eso permite que se organicen las resistencias. O sea que la recomendación podría ser: «acuda a su sesión sin intención alguna, *sin para qué*».

En estos tres sentidos (y probablemente también en otros) el psicoanálisis resulta ser mucho más *wu wei* de lo que se podía sospechar de entrada.

4.3 Dentro y fuera

El segundo aspecto de la práctica del *yuki* que queremos resaltar es que, mediante la especial comunicación que se establece, se hace posible tener percepciones muy finas de lo que ocurre en el interior del cuerpo del otro. Esto no es tan sorprendente como podría parecer: basta con pensar en las exploraciones abdominales que realizan los médicos. Pero la exploración médica tiene un objetivo claro, y se realiza *palpando*. «Palpar», en el DRAE, es

²⁶ El que acude al *seitai* no busca terapia, pero a algo viene: a cultivar su yo espontáneo [13, p. 14] y la sensibilidad de su organismo (cuerpo y mente) para recuperar la coordinación; a cesar su actividad mental habitual, para experimentar un descanso que lo regenera... Pero todo eso tiene que ser dejado de lado cuando se practica.

«Tocar con las manos una cosa para percibirla o reconocerla por el sentido del tacto»; por el contrario, el *yuki* no tiene *para qué*. Tampoco se «toca», exactamente: las manos simplemente se *ponen*. Las percepciones acontecen en una especie de segundo plano, como a pesar de uno mismo.

¿Qué nos interesa de todo esto? Que nos da el modelo de una experiencia sencilla, gratuita, universal y reproducible que lleva a cuestionar de raíz la abstracción imperante según la cual la piel separa radicalmente un «dentro» de un «fuera». Sobre esa abstracción se edifica también la creencia, fuertemente ideologizada desde las formas económicas, de que seríamos «individuos».²⁷

Que no hay una separación clara entre el uno y el otro lo saben perfectamente los amantes cuando duermen juntos y las madres cuando cuidan a sus bebés,²⁸ pero después se olvida, entre otras cosas por falta de referentes culturales que permitan pensarlo, o se abandona a la poesía y la literatura o, más en general, al arte. No son sólo sensaciones sobre el estado del cuerpo lo que puede comunicarse, sino también, en muchos casos, estados afectivos (rabia, ira, dolor, angustia...), y en algunos, contenidos ideativos.²⁹

Se ha insistido mucho, desde el psicoanálisis, en que el lenguaje no está dentro ni fuera, y en que el inconsciente no es ni individual ni colectivo. Con el *yuki* podemos tener una aprehensión clara de que la misma noción de que exista algo como un «dentro» o un «fuera» es producto de una forma cultural determinada, y de ese modo podemos tomar distancia de ella.

4.4 Una sexualidad por fuera de lo fálico

La falta de *para qué* del *yuki* nos permitirá también internarnos en el último aspecto al que queremos dedicar nuestra atención: la crítica a la sexualidad «normal» contemporánea. Lo que pasa por sexualidad en las sociedades actuales es cada vez más una forma de compulsión mecánica atraída por dos grandes polos relacionados entre sí: la idea de *producción* y la *pornografía*.

La *pornografía* captura y fija al sujeto mediante el siguiente señuelo: *soy la representación de la sexualidad*. El pequeño detalle es que la sexualidad no tiene representación, y por eso mismo se esfuma entonces, quedando substituida por una serie infinita de emulaciones de modelos alienados, en los que la alteridad se precipita en retirada: fantasías infinitamente recurrentes

²⁷Frente a la noción de *persona*, muy criticada desde el psicoanálisis contemporáneo, pero que al menos es cosubstancial a las nociones de alteridad y de vínculo con el otro.

²⁸«El balanceo suave y natural del *katsugen undo* y la comunicación del *yuki* suelen tranquilizar a la madre y gustan a los bebés», [7], p. 121.

²⁹Por ejemplo, es fácil darse cuenta de que el que recibe desea cambiar de posición, o darse la vuelta, sin que nos diga nada.

de *ménage à trois* donde lo que se termina *haciendo* («hacer el amor») son masturbaciones *à deux* por frotamiento genital mutuo, en las que la angustia, que en este caso sí cabe llamar *individual*, termina filtrándose, sin que se entienda bien por qué, por cualquier lado, después de lo que se pretendía una excelente *performance*.

La idea de *producción* lleva aparejada toda una serie de cosas: el «sexo» sería una *actividad* (otra vez: «hacer el amor») que tendría unos *finés* u *objetivos* determinados («pasarlos bien», «llegar al orgasmo»), para los cuales se dispondría de una serie de *técnicas* amatorias (las revistas *mainstream*, y no sólo las femeninas, están llenas de pequeños manuales sobre cómo realizar una felación o un *cunnilingus*) y sus correspondientes *aparatos* auxiliares (juguetes sexuales de todo tipo, disfraces, etcétera). La relación propicia entonces los encuentros, que pasan a ser preparatorios para la cópula; ésta debe realizarse según determinados modelos (pornográficos), y tiene como objetivo último lo que se considera el mayor bien: el orgasmo (bajo la alucinación de *sentir lo mismo*, y a ser posible: simultáneo). A las mujeres hasta se les exige que tengan varios.³⁰

Todo esto se realiza como se puede, un poco a trancas y barrancas, con bastantes dificultades. Como al ciudadano le han hecho creer que ese es su auténtico espacio de libertad, piensa que tiene que divertirse así. Queda capturado en una orden paradójica que no advierte como tal: *¡sé libre, diviértete, folla todo lo que puedas!* Lo intenta con todas sus fuerzas y, claro, muy bien no le sale. Al final se cansa, termina *sentando la cabeza*, reproduciendo en bucle la ideología, y finalmente reproduciéndose. No deja de ser curioso que la aparente abundancia de libertad sexual no haya producido ni una sola modificación (positiva) en la socialidad, los afectos, la producción o la economía, sino tan sólo patologías de nuevo cuño.

Frente a todo esto, el *yuki* aparece como un *contramodelo*: no tiene representación ni expectativa; no es una actividad (véase lo que hemos dicho más arriba sobre su aspecto *wu wei*); carece de fines u objetivos (no tiene *para qué*); no tiene técnica; y no necesita de aparatos auxiliares. Tampoco espera, en ningún caso, que los participantes sientan lo mismo (aunque no descarta que eso pueda ocurrir); permite ser interrumpido en cualquier momento, cuando se termina,³¹ sin que eso comporte ninguna clase de drama;³²

³⁰Se lo exige todo el mundo: sus amantes (que sino no serían suficientemente hombres); sus amigas (con las que compiten a ver quién tiene más orgasmos en un único coito); las revistas para mujeres (que las incitan a vivir lo que se supone que es su sexualidad *a tope*); y, en última instancia, ellas mismas (por interiorización superyoica).

³¹El *yuki se termina*, no lo termina uno.

³²Por contraste, imagínese lo que sucedería si a medio coito uno de los amantes se levantase diciendo «para mí, hoy, es suficiente».

puede hacerse con o entre varias personas o a uno mismo sin que tengan por qué aparecer cuestiones de celos o envidias; permite integrar sin escándalo y con naturalidad la pulsión sexual, cuando eso acontece, como una faceta más del cuerpo y de la psique, y sin que ello comporte dominancia alguna. Al no tener mapas, ni representación, ni objetivos ni producto esperado, permite internarse pausadamente en lo realmente personal, en lo genuino, en lo auténtico.

Nos sitúa de entrada en un terreno no alienado, y da una pista de lo que puede ser una sexualidad no dominada por lo fálico, más cercana a la taoísta o a la tántrica, frente a la esforzada labor del proletario sexual³³ contemporáneo, convertido a su pesar y sin saberlo en productor y realizador de su propio canal de pornografía *amateur*.

5 Postfacio y agradecimientos

Al ir terminando este escrito, oscilo entre el temor de haber dicho demasiado y la certidumbre de haber dicho demasiado poco. Lo primero, porque me he visto obligado a simplificar mucho, y en temas de esta complejidad muchas veces simplificar termina equivaliendo a decir otra cosa; lo segundo, porque hay temas del *seitai* que no he tenido tiempo ni espacio de abordar, como el concepto de *deseo*, y otros que, llevado por el flujo de mi argumentación, sólo he podido rozar, como la noción de *inconsciente*;³⁴ es muy probable que merezca la pena explorar de un modo más amplio las posibles conexiones de esos términos con el psicoanálisis.³⁵

Muchos de los términos y expresiones *seitai* que uso los he aprendido practicando; otros los he extraído de publicaciones internas, del *dojo seitai* de Barcelona y de otras fuentes, algunas de ellas francamente antiguas, y en cualquier caso muchas las leí hace ya mucho tiempo. He intentado referenciarlos en lo posible para facilitar el trabajo del lector no familiarizado con el *seitai*. Mi fuente principal ha sido *El cuerpo es...* [7], un libro autoeditado por Mamine en 1983, que quizá lo considere superado terminológicamente; coincidiendo con la preparación de este artículo, ha aparecido (24 de abril de

³³El *porno* más extendido siempre me ha dado la impresión, especialmente en los primeros planos, de encontrarme metido de lleno en medio de una fábrica en la época de la Revolución Industrial. Debo a Juan Carlos DE BRASI la idea del *proletariado sexual*, con la que mi impresión confluye.

³⁴A veces se encuentra también la expresión «subconsciente».

³⁵La ponencia de Fabián ORTIZ titulada *El carácter como contribución a la rigidez física* (<https://www.epbcn.com/textos/2014/11/el-caracter-como-contribucion-a-la-rigidez-fisica/>) y presentada a estas mismas Jornadas aborda algunos de estos temas.

2014) su nuevo libro *El movimiento vital* [13], publicado por Icària, que no he tenido tiempo de consultar y referenciar tanto como me hubiese gustado. Incluí también en la bibliografía una serie de referencias que no he utilizado en el texto, para beneficio del lector interesado.

Paco Lacueva ha tenido la amabilidad, que le agradezco profundamente, de revisar cuidadosamente el manuscrito y sugerir una serie de matizaciones y modificaciones que han permitido mejorarlo notablemente; huelga decir que los errores e imperfecciones que puedan quedar son exclusiva responsabilidad mía.

Debo la larga cita de *Análisis terminable e interminable* a Olga Palomino; Enric Boada sugirió una reordenación que ha hecho ganar mucho al texto; Pilar del Rey realizó una minuciosa revisión profesional y discutió pacientemente con el autor hasta conseguir que corrigiese algunos errores; además de ellos, quiero agradecer también a Carlos Carbonell, Norma Cirulli, Juan Carlos De Brasi, Silvina Fernández, María del Mar Martín, Fabián Ortiz y Eva Rodríguez: todos han leído varias versiones y enriquecido el texto con sus comentarios y sugerencias.

Barcelona, abril-mayo de 2014

Referencias

- [1] AACAP, *Los Tics Nerviosos*, American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, http://www.aacap.org/aacap/Families_and_Youth/Facts_for_Families/Facts_for_Families_Pages/Spanish/Los_Tics_Nerviosos_35.aspx, revisado 7/2004. cargado 4/2014.
- [2] Freud, Sigmund, *Obras Completas, 12: Sobre la iniciación al tratamiento (Nuevos consejos sobre la técnica del psicoanálisis, I). 6ª conferencia. Premisas y técnica de la interpretación*, 1ª edición, 1980, Buenos Aires: Amorrortu.
- [3] Freud, Sigmund, *Obras Completas, 15: Conferencias de introducción al psicoanálisis (Parte III). 6ª conferencia. Premisas y técnica de la interpretación*, 1ª edición, 1976, Buenos Aires: Amorrortu.
- [4] Freud, Sigmund, *Obras Completas, 16: Conferencias de introducción al psicoanálisis (Parte III). 23ª conferencia. Los caminos de la formación de síntoma*, 1ª edición, 1978, Buenos Aires: Amorrortu.
- [5] Freud, Sigmund, *Obras Completas, 23: Esquema del psicoanálisis*, 2ª edición, 1986, Buenos Aires: Amorrortu.
- [6] Lacueva, Paco, *Aprender del cuerpo. Una aproximación al seitai*, <http://www.seitaiacolacueva.com/seitai>, cargado 4/2014.
- [7] Mamine, Katsumi, *El cuerpo es...*, 1983, Barcelona: Seitai de Barcelona.
- [8] Mamine, Katsumi, *Una visión cultural de la salud*, 2006, Barcelona: Seitai de Barcelona.
- [9] Mamine, Katsumi, *La osei en la vida cotidiana*, 2007, Barcelona: Seitai de Barcelona.
- [10] Mamine, Katsumi, *Seitai, una nueva comprensión de la naturaleza humana*, 2007, Barcelona: Seitai de Barcelona.
- [11] Mamine, Katsumi, *La osei y la CPV ósea*, 2007, Barcelona: Seitai de Barcelona.
- [12] Mamine, Katsumi, *La osei y la CVP muscular*, 2007, Barcelona: Seitai de Barcelona.
- [13] Mamine, Katsumi, *El movimiento vital*, 2014, Barcelona: Icària.

[14] —, *Taiheki* [Wikipedia], <http://en.wikipedia.org/wiki/Taiheki>,
cargado 4/2014.