

HAIKUS Y TAI-CHI

En las clases a las que asisto en el Club de Jubilados de la calle Ávila, aparte de practicar Tai Chi, que es su principal cometido, también hacemos relajación, respiración, lecturas, comentarios, etc.

Hace algún tiempo me llevé a clase de Tai Chi cuatro o cinco haikus que se me ocurrieron a raíz de participar en el "Taller de haikus", impartido por el poeta Frutos Soriano en el Club de lectura "Leer y Comentar". Él nos animó a todos los componentes a practicar estas poesías. Yo lo intenté y la verdad es que ello me satisfizo.

El caso es que los leí en la clase de Tai Chi, como hacen otros compañeros o compañeras cuando se les ocurre algo. Entonces la profesora me sugirió que podría escribir algunos haikus sobre Tai Chi, para publicarlos en esta revista. Este es el resultado.



EL TAI CHI
ESA ARMONÍA
ENTRE EL CUERPO Y LA MENTE

HACIENDO TAI CHI
TE SENTIRÁS FLOTANDO
EN EL AIRE

CLASE DE TAI CHI
SILENCIO ABSOLUTO
AMBIENTE DE VIDA

ESA MÚSICA AMBIENTAL
SUTILEZA Y ARMONÍA
CONCENTRACIÓN MÁXIMA

Sobre los haikus...

- El haiku es un poema japonés que nació en el siglo XVI. Se compone de 3, 7 y 5 sílabas, pero también pueden ser de métrica libre.
- Lo importante es expresar con pocas palabras un significado máximo.
- El principal exponente de este arte fue Bashô. De él es la frase: "Para escribir un buen haiku traedme un niño de un metro de alto", que significa que el haiku debe ser fresco como la ternura de un niño.
- El haiku no suele tener título, ni rima. Es tan simple que puede prescindir de signos de puntuación y mayúsculas.
- Emplea muchos sustantivos.
- Su tema más habitual suele ser la naturaleza. También expresa casi siempre lo percibido por los sentidos.

Algunos de los autores más importantes son:

- **Matsuo Bashô** (1644-1694).

En el año 1686 compuso el haiku más famoso de la literatura japonesa.

Un viejo estanque;
se zambulle una rana,
ruido de agua.

- **Chiyo** (1701-1775).

Está considerada la mayor poetisa del haiku japonés. Es célebre el haiku que escribió a la muerte de su hijo de cinco años.

Ese pequeño
cazador de luciérnagas
¿dónde habrá ido?

- **Buson** (1716-1783).

Sus poemas se caracterizan por un agudo sentido de observación de la naturaleza.

Blanco rocío:
cada púa en la zarza
tiene una gota.

- **Issa** (1762-1826).

Compuso alrededor de 1.000 haikus dedicados a moscas, ranas, caracoles, luciérnagas, etc.

Al Fuyi subes
Espacio, pero subes,
caracolito.

- **Shiki** (1867-1902).

Poeta de muy corta vida, es el gran renovador de las formas clásicas de poesía de Japón. Acuñó el término haiku.

Las manos llenas de coquinas
¡que alegría
llamando al amigo!



- **José Juan Tablada** (1841-1945).

Poeta mejicano introductor del haiku en la poesía hispana.

El pequeño mono me mira,
quiere decirme
algo que se le olvida.

Otros escritores de haikus en lengua española han sido **Octavio Paz, Jorge Luís Borges y Mario Benedetti**.

* Las notas anteriores proceden del “Taller de haikus” que impartió el poeta Frutos Soriano para el grupo del Club de Lectura “Leer y Comentar”, de la Biblioteca Pública de Albacete, al que pertenezco.

Eleuterio Navalón
Funcionario jubilado