

## **Estilo de vida Zen.**

### **Tendencias vanguardistas en la decoración: El estilo Zen**

De origen budista el zen alcanza su expresión definitiva en Japón a mediados del siglo XIII influyendo profundamente en la mentalidad y costumbres de la cultura tradicional japonesa. La casa tradicional japonesa se basa en los principios del zen, utilizando la madera, los tatamis y los shojis los interiores japoneses son lugares de armonía y tranquilidad.

El arte y cultura japoneses incluyen el concepto del "ma", que consiste en colocar los objetos de modo que la distancia entre ellos se ajuste a un sentido del espacio adecuado.

Dar espacio a los objetos para que respiren conlleva que no haya un solapamiento de formas, líneas ó colores que distraiga la vista, pudiéndonos concretar más claramente en la belleza de cada pieza individual. Un interior austero, desprovisto de muebles u objetos superfluos, parece más amplio. La belleza de un objeto determinado destaca sobre un fondo neutro y despejado.

En el zen se persigue el vacío mental enfatizándose una elegancia simple que se traduce también en un vacío material en el que se descubre que menos es más.

La filosofía de vida zen llega a occidente a finales del siglo XX y se concreta en la búsqueda de la tranquilidad y la paz en medio del desorden. Esta búsqueda ha alcanzado también a la construcción de espacios, así gran parte del interiorismo contemporáneo refleja estos deseos, desde la disciplina austera del minimalismo hasta la calma ordenada del estilo moderno. El estilo zen impone armonía y equilibrio y esta marcado por la pureza estética. También hoy arquitectos y diseñadores estudian nuevas formas, empleando materiales procedentes de fuentes sostenibles y abordando la cuestión de la eficiencia energética y el uso del espacio. Se estudian las mejores orientaciones para conseguir confort térmico y se utilizan aromas sonidos de plantas, agua y fuego como potenciadores.

Aplicando los principios del zen a nuestro propio entorno, también nosotros podemos simplificar nuestro hogar, abrir espacios y dejar penetrar el máximo de luz, así como intentar eliminar el desorden para generar un ambiente más sosegado y con menos distracciones.

En **Haiku-Futon** nos inspiramos desde el principio en la casa japonesa para beber la esencia misma del espíritu zen en el hogar, y hemos tratado siempre de no apartarnos de él. Nuestro camino creativo persigue cada vez mas la sencillez y el vacío que nos permitan despojarnos de todo lo que produce ruido y desorden alejándonos de la experiencia directa con la belleza. La conexión con la naturaleza a través de la elección siempre de materiales naturales, la creación de ambientes de pureza estética y la funcionalidad y sencillez guían nuestros diseños. Muebles y camas bajas de madera siguen la máxima simplicidad en sus líneas de diseño. Las piezas que se eligen respetan las formas puras desnudándose al límite de lo posible para mostrar su propia belleza.

Los aspectos más esenciales que reflejan el espíritu zen en la decoración y el hogar son estos:

#### **Espacio:**

Los espacios son funcionales, sobrios, elegantes y confortables. Lo que se pretende en una casa zen es que podamos movernos libremente sin obstáculos. Para ello se limitan y seleccionan bien los objetos .Se desnudan los ambientes. El objetivo es crear un espacio que nos relaje y nos induzca a una contemplación serena, se trata e alcanzar el equilibrio espiritual a partir de desarrollar la vida cotidiana en ambientes armónicos y en contacto con la naturaleza.

### **Luz:**

Los interiores serenos de inspiración zen aprovechan la luz natural disponible para potenciar la sensación de espacio y crear una atmósfera tranquila y relajante. La luz define los objetos. Si es intensa, realza su contorno y pone en primer plano sus detalles. Una iluminación más suave con luces indirectas crea espacios aptos para la contemplación, creando una armonía y equilibrio entre el todo y las partes.

Los materiales traslúcidos como las telas finas, papeles ó cristales filtran la luz para dar a la estancia una atmósfera más íntima, ideal para los momentos meditativos del zen. Los japoneses utilizan los paneles shojis en lugar de los tabiques para separar espacios. Así el espacio parece más abierto y la luz llega a las zonas peor iluminadas.

El cristal traslúcido y el blanco escarchado también difunden magníficamente la luz, proporcionando intimidad. Las superficies reflectantes como el acero inoxidable maximizan la luz y aportan viveza y brillo.

La luz y la sombra parecen independientes pero están estrechamente vinculados , ya que la sombra no es más que la ausencia de luz.

### **Color:**

Se impone la pureza y tranquilidad del blanco ahondando en sus matices.

El blanco engaña al ojo creando una sensación visual de profundidad.

El blanco puro, intensifica el efecto de la luz, creando un fondo luminoso para las líneas limpias de las formas simples.

El blanco concha da amplitud.

El blanco huevo da sosiego

El blanco sal que tiene un matiz azulado da frescura.

El blanco almendra más beige da amplitud y calidez aportando personalidad.

Los colores neutros y suaves como los grises, linos y crudos crean también ambientes limpios y relajantes

### **Orden:**

El zen aporta orden, nos ayuda a alcanzar un estado de calma y quietud. Una cosa ordenada inspira sensación de control sereno. Las tareas cotidianas de limpieza se simplifican si tenemos los objetos bien organizados y cada cosa tiene un lugar, dejando que todos sean accesibles y agradables a la vista. Crear un entorno sereno y armonioso supone reducir el número de objetos y elementos de la estancia para que cada uno pueda apreciarse bien por sus cualidades.

### **Funcionalidad:**

Para que algo nos dé placer al utilizarlo, es necesario que funcione bien. La funcionalidad de cualquier objeto debe ser tan importante como su aspecto. La comodidad es importante en la funcionalidad. Un buen diseño tiene en cuenta la relación entre objeto y persona. Las formas que encajan con los contornos y se adaptan a las necesidades del ser humano poseen una belleza natural y una facilidad de uso a las que es fácil adaptarse. Todo en el hogar debe tener una utilidad, aunque solo sea la de ser agradable a la vista de quien lo contempla. El uso de materiales naturales , sintoniza perfectamente con la estética de un espacio zen.

### **Simplicidad:**

Las cosas más simples de la vida suelen ser las que más placer nos reportan. Adoptar la filosofía del menos es más implica ser más selectivo. La simplicidad es bella. Colocar los objetos solos centra la atención en su forma, construcción y material. En un interior minimalista las paredes lisas y los suelos vacíos forman un lienzo sobre el que se proyecta la belleza de las formas simples.

### **Armonía:**

Vivir en un entorno que ponga el énfasis en la luz, el espacio y el orden nos permitirá recuperar el equilibrio y seguir los biorritmos naturales asociados con el paso de las estaciones y los cambios en la duración del día.

### **Materiales:**

La elección de los materiales que empleamos nos ayuda a conectar con el mundo natural. Los materiales naturales, acordes al espíritu zen trabajan en armonía con las cualidades de la luz y el espacio y poseen un encanto y una simplicidad atemporales, envejecen bien y mejoran con los años. Además de la belleza de sus colores, los materiales natural ofrecen una infinidad de texturas interesantes por eso son una aportación perfecta a un interior vacío y minimalista al que añaden profundidad y calidez cumpliendo también el ideal zen de combinar belleza y funcionalidad.

Los materiales naturales se obtienen de cultivos sostenibles por lo que son respetuosos con el medio ambiente. Mostrando respeto hacia la Tierra y sus recursos también mostramos respeto hacia nosotros mismos.

En **Haiku-Futon** cuidamos especialmente la selección de todos los materiales con los que trabajamos para que reflejen este espíritu así tanto el algodón crudo con el que confeccionamos los futones, como la madera natural con la que fabricamos camas y mesitas y los tatamis sobre los que invitamos a vivir y descansar son un claro ejemplo de ello.

### **Naturaleza:**

Los jardines zen reflejan un respeto por el carácter ordenado y cíclico de la naturaleza. Son lugares para la contemplación. Los rituales que conlleva su mantenimiento son un reflejo de la filosofía zen de obtener placer realizando tareas simples cotidianas. El vínculo del jardín zen con la naturaleza es sutil y reside más en sus asociaciones que en las plantas. Las piedras grandes son una característica clásica y representan las montañas en un paisaje. Las líneas curvas trazadas en la grava que las rodean representan remolinos de niebla ó quizás agua. También solemos encontrar agua asociada a la purificación fluyendo suavemente ó encalmada en un estanque. El objetivo del jardín es proporcionar una zona para la contemplación. Para mantener la mente limpia y despejada se limitan al mínimo los elementos, que a veces solo consisten en roca y grava rastrillada. Las rocas y piedras del jardín zen están parcialmente enterradas para invitarnos a mirar debajo de la superficie de lo que vemos, en referencia a la meditación y la búsqueda de un sentido más profundo

La flor como objeto de contemplación es un símbolo importante. Se considera suficiente una sola flor que permite ver su forma de manera aislada.

### **Meditación:**

Según el zen, observar la naturaleza y vernos como parte de ella nos permite hallar paz interior y autentico reposo. Aunque no se tenga jardín, se puede crear una versión en miniatura en un patio ó incluso en el alfeizar de una ventana, utilizando los mismos elementos para crear un espacio destinado a momentos de reflexión serena.

El camino que indica el zen es el de la profundidad el que invita a ir hacia dentro, a afinar la sensibilidad hasta llegar al descubrimiento de la belleza de lo simple, hasta llegar también a esa conexión que nos permite fluir en armonía con el resto del universo.

**Creado y publicado por Haiku-Futon®**  
**<http://www.haiku-futon.com/>**