

EL BUDA MUESTRA LA FLOR

EL DESPERTAR - DESCUBRIENDO EL VACÍO

Cuando Buda estaba en la montaña Grdhrakuta, daba vueltas a una flor entre sus dedos y la sostenía ante sus oyentes. Todos estaban silenciosos. Sólo Maha-Kashapa sonreía ante esta revelación. Aunque procuraba dominar la expresión de su semblante.

Buda dijo: "Tengo el ojo de la verdadera enseñanza, el corazón de Nirvana, el aspecto verdadero de lo que no tiene forma y el paso inefable de Dharma, independiente de las formas y transmitida mas allá de la Doctrina. Esto es lo que le he confiado a Maha-Kashapa."

*Al girar una flor,
La serpiente (su disfraz) muestra la cola.
Maha-Kashapa sonríe,
Los monjes no saben que hacer.*

*Escucho la canción del ruiseñor.
El sol es tibio, el viento es suave, los álamos de la ribera son verdes,
¡Ningún buey puede esconderse aquí!
¿Qué artista puede dibujar esa maciza cabeza, esos majestuosos cuernos?*

Despertar es la experiencia que lleva a vivir sin escoger ni rechazar. Cuando atravesamos la experiencia de pérdida de identificaciones, de interpretaciones y de ambiciones, cuando nos liberamos de los reinos de la codicia, el rechazo y la ignorancia, estamos preparados para **vivir la experiencia del no-dos**, y desde ahí vivir a incorporar en nuestra existencia la comunión que significa aceptar plenamente: no elegir ni rechazar. Como indica el Shin Jin Mei:

*Actividad y descanso derivan de la ilusión
En la iluminación no hay agrado ni desagrado.
Todas las dualidades proceden de ignorantes deducciones.
Son como sueños o flores en el aire,
es estúpido intentar atraparlas*

Este salto se ha de producir no solo en medio de nuestra meditación sino en nuestra vida. Existen **tres momentos**: **el momento de depuración y de soltar**, **el momento de la experiencia**, y **el momento de la incorporación de la experiencia a la vida**. De estos tres momentos el tercero es el esencial, ya que de nada sirven experiencias de epifanía, y de luz si estas no constituyen vida. Es mas, debe dudarse de estas experiencias si esto no es así. El proceso de incorporar la experiencia a la vida es **un proceso largo de aprendizaje y de visión** que supone pasos de sufrimiento y pasos de profundo gozo.

La ceguera que supone el despertar, en la que la experiencia de unidad entra en contraste con nuestra forma de vivir hasta ese momento, en contraste con la experiencia en la que se han perdido las barreras y las identificaciones aunque sea un momento, inicialmente se considera un "suceso", un hecho extraordinario diferente en nuestra vida. Inmediatamente volvemos a la dualidad, a la

separación y discriminación, ya que no sabemos vivir todavía desde el no-dos, que es la forma de vivir de los santos y sabios que nos han precedido.

En muchos textos, incluso en los de muchos maestros reconocidos, se identifica la experiencia del despertar como la gran meta del Zen, si bien en general se añade que es el comienzo de un camino, y no el final del mismo: el camino de incorporar el despertar a la vida cotidiana. Hablar de metas en el zen puede resultar en mi opinión confuso para una mente no transformada, pues de pronto te puede colocar de nuevo en la consecución de “algo que no tengo”. Perseguir el despertar en tu práctica del silencio puede desviarte del camino. Yamada Kôun Roshi previene contra ello en su comentario sobre el koan “Lava tu cuenco” de Joshu¹. La experiencia del despertar debe ser también olvidada (“lavada”). La experiencia de la impermanencia, de *Anytia* y de *Annata*, fue identificada por el Buda como su propia experiencia de despertar, y esto no parece nada extraordinario. A estas alturas habrás comprendido que lo extraordinario es descubrir que todo está ya aquí desde el principio. Te prevengo, no obstante, contra la creencia en el despertar como la gran meta, el gran objetivo, como si a partir de ahí todo será diferente, y el paraíso y la felicidad tan buscada será realizada. La experiencia de Satori es una experiencia real, pero consiste tan solo en caer en la cuenta de quien realmente somos, y supone el punto de partida, o la continuación, del proceso de transformación que se produce en tu vida a través de la práctica del Zen.

LA EXPERIENCIA DEL DESPERTAR

La comunicación real de experiencias de Satori es muy difícil sino imposible, pues comunicar una experiencia que “no cae en sentido” y que se mueve en el plano de lo transracional es convertir en pensamiento lo que no es pensamiento sino experiencia. No vayas a confundir el Zen con la “nueva religión del Satori”; es importante que comprendas que Satori es la experiencia necesaria, que se experimenta en mayor o menor intensidad, para una nueva visión del mundo, que te abrirá la puerta a vivir desde *anytia* y *annata*. No puede adquirirse una nueva perspectiva vital desde la comprensión racional de nuevas teorías, por muy radicales que sean, de igual manera que no se puede comprender el amor o el dolor si no se ha experimentado.

Deseo que practiques con todo tu corazón, con toda la fuerza que seas capaz, pero sin esperar esa experiencia especial, sin perseguir ningún *kensho* o *satori*, pero realizando con persistencia la tarea de vaciamiento, de depuración y de silencio necesaria. La experiencia será añadida. Tendrás en algunos momentos experiencias de luz, de comprensión profunda. Durante tus *sesshins* practicarás *zanmai* o *samadhi*. Y esto por sí mismo te estimulará a seguir, comprendiendo que en tí se está produciendo un cambio profundo que te hará mejor persona. Y quizás llegue el momento, cuando menos lo esperes pero tu espíritu esté dispuesto, que experimentes una nueva visión del mundo y de las cosas. Lo que se puede decir es que siempre será una experiencia de no-dos. Es como una catástrofe mental donde de pronto todas las elucubraciones, todos los buenos razonamientos recorridos se hacen fútiles y accesorios ante la comprensión de la realidad. Es la visión de Tomas de Aquino al final de su vida, cuando tras una

¹ Ver la charla anterior de este mismo *sesshin*

experiencia de despertar quiso quemar su *Summa Theologica*, considerándola pobre e inútil ante la comprensión realizada. Como cita D.T. Suzuki:

...Religiosamente es un nuevo nacimiento; intelectualmente, es la adquisición de una nueva perspectiva. El mundo aparece revestido de un nuevo ropaje, que hace desaparecer cualquier traza de dualismo, lo que es llamado falacia en la terminología budista

Y continua mas adelante

...Este énfasis que pone el Zen en el Satori marca la diferencia entre el Zen y las prácticas de Dhyana tal y como son realizadas en India y en otras escuelas budistas en China. Dhyana es entendida como un tipo de meditación o contemplación dirigida hacia un objeto mental específico; en el Budismo Hinayana se aplica al pensamiento de trascendencia, mientras que en el budismo Mahayana se aplica mas frecuentemente al pensamiento de Vacío; cuando la mente ha sido entrenada de forma que puede alcanzar un estado de perfecto vacío es cuando no quedan trazos de conciencia, incluso el sentido de vivir en inconsciencia se ha eliminado; en otras palabras, cuando todas las formas de actividad mental se han barrido del campo de la conciencia, dejando la mente como un cielo vacío de todo resto de nubes, solo un ancho espacio de azul, se dice que Dhyana ha llegado a su perfección. Esto puede ser llamado éxtasis o trance, o el primer Jhana. Pero esto no es Zen. En el zen debe haber no solo Kensho, sino también Satori. Debe haber la transformación mental general que destruye la antigua acumulación de intelectualismo y establece las bases de una nueva forma de vivir. Debe suponer el despertar a un nuevo sentido que revisará la forma antigua de comprender desde un ángulo de visión que anteriormente no se había soñado siquiera. En Dhyana no hay ninguna de estas cosas, ya que es meramente un ejercicio de aquietar la mente²

Por ello el Satori no debe ser perseguido como meta por el practicante y al tiempo es el elemento distintivo y central en el Zen, ya que significa la experiencia real, vital, de la nueva perspectiva que **abre la conciencia a una conciencia global**. Tu esfuerzo en la práctica irá dirigido a descorrer los velos que te impiden ver lo que está ya ahí, pero no a buscar fuera pues está dentro. Tampoco deben ir dirigidos a sustituir la experiencia mística de unión con Dios por la experiencia del Satori, como una experiencia mística de trascendencia. Pero al tiempo es la experiencia crucial que te permitirá la transformación necesaria. Podrás dar vueltas y vueltas a las palabras que te transmito, a la belleza de las teorías que están detrás de los maestros, pero nada cambiará realmente hasta que no lo experimentes por ti mismo. Por ello el Buda, al final de su vida estimulaba a experimentar por nosotros mismos: **"Tenéis el Dharma con vosotros. No os quedéis fijados con mis palabras ni con mi mensaje. Experimentar por vosotros mismos"**.

La experiencia de Satori es la que te abrirá a la comprensión de una nueva forma de vivir. No es atravesar la puerta de una vez por todas, sino que también esta experiencia ha de ser comprendida como un proceso, si bien muchas veces aparece como una experiencia radical, que sobreviene sin avisar y cambia toda la visión de repente. Cuando se le preguntó por la vía de la práctica, el Buda explicó que hay cuatro modos en los que puede desplegarse la vida espiritual. **El primero es rápido y placentero**. En este caso, la apertura y el soltar se producen de modo natural, como un parto fácil, acompañado de gozo y de éxtasis. Habré de decir que en este caso el proceso deberá ir seguido de una maduración, de una incorporación a la vida cotidiana de la experiencia, en una dirección ética,

² D.T. Suzuki.- *Una Introducción al Budismo Zen*

de la ética natural. **El segundo es rápido, pero doloroso.** En este caso has de enfrentarte a fuertes experiencias de casi-muerte, un accidente, o la insondable pérdida de un ser querido. Esta senda pasa por una puerta en llamas para enseñarte a soltar. Requiere un carácter luchador que permita atravesar la puerta, de forma que la violencia acompañante, la tempestad, no te haga retroceder. **El tercer modo de progreso espiritual es gradual y esta acompañado de placer.** En este caso, la apertura y el soltar se suceden a lo largo de los años, normalmente con comodidad y dicha. En este caso puede no existir grandes epifanías, ni grandes transformaciones, sino un proceso natural de transformación que parte de la aceptación del vivir en cada momento. **El cuarto, y el mas común, es también lento y gradual, pero normalmente pasa por el sufrimiento.** El esfuerzo y los obstáculos son un tema recurrente, y a través de ellos aprendes paulatinamente a despertar. Por ello, porque es un proceso de pocas consolaciones, su gran enemigo es la pereza. Se requiere constancia para persistir, para atravesar este desierto cansino donde no ves nada.

Has de entender pues la experiencia de Satori como la experiencia de una forma de ver, bien abrupta y con caracteres catastróficos, pues cambia de forma radical muchas de tus asunciones comunes, o bien paulatina y llena de momentos de comprender y entreabrir la puerta en sucesivas experiencias de kensho, de apertura y de comprensión, que transforma paulatinamente tu existencia. Te referiré dos experiencias de despertar para tu mayor comprensión

De acuerdo con Suzuki

"Dogen-Zenji se interesó en el budismo cuando todavía era niño, mientras observaba el humo de un palillo de incienso que ardía junto al cadáver de su madre y sintió el carácter evanescente de nuestra vida. Este sentimiento creció en su interior y, finalmente, lo llevó al logro de la iluminación y al desarrollo de su profunda filosofía. Cuando vio el humo del palillo del incienso y percibió la fugacidad de la vida, se sintió muy solo. Pero ese sentimiento de soledad lo fortaleció, hasta que floreció en la iluminación cuando tenía veintiocho años. Y en el momento de la iluminación, exclamó: "¡No hay cuerpo ni mente!". Al decirlo, todo su ser se convirtió en un destello que penetró el vasto mundo fenoménico, un destello que lo incluía todo, lo abarcaba todo, y que tenía de por sí una calidad inmensa y contenía todo el mundo fenoménico en una existencia absoluta e independiente. Ésa fue su iluminación. Partiendo del sentimiento de soledad provocado por la fugacidad de la vida, logró sentir profundamente la calidad de su ser. Se dijo "me he desprendido de la mente y del cuerpo". Mientras se piensa que se tiene mente o cuerpo, se siente la soledad; pero cuando advertimos que todo es solamente un destello que penetra el vasto universo, nos fortalecemos mucho y la existencia pasa a ser muy significativa. Ésa fue la iluminación de Dogen y ésta es nuestra práctica."

Por su parte Riokan lo expresa así:

*Mi vida puede parecer melancólica,
pero viajando a través de este mundo
me he confiado al Cielo.
En mi bolsa tres cuartos de arroz;
en el suelo un hatillo de leña.
Si alguien me pregunta cuál es el signo
de la iluminación o la ilusión
no puedo decirlo – la riqueza y el honor
no son mas que polvo.
Mientras cae la lluvia del atardecer
me siento en mi ermita
y como respuesta estiro los pies*