

LAVA TU CUENCO

DESPOJAMIENTO Y ACEPTACIÓN

El despojamiento puede ser entendido como un proceso de vaciamiento de todo lo negativo de nuestras vidas, de todo lo que nos impide volar, de todo lo que nos hace daño, o de todo lo que supone "no espiritual". Este proceso de eliminación, de desprecio de parte de lo que tenemos, o de intento destructivo del mal dentro de nosotros, supone una visión dualista de la historia y de nuestra existencia. Supone el reconocimiento de una raíz negativa, del mal como algo a destruir, de la imperfección como algo a rechazar. Esto no es Zen en absoluto. Esto es maniqueísmo y actitud religiosa negadora de lo existente, del Samsara como territorio del sufrimiento, y de la transformación vital por vía de la ascesis y la eliminación de la vida, disimulado o no.

Despojamiento desde el Zen solo tiene sentido como el proceso de "descorrer cortinas" de quitar la apariencia que no es, para que sea aparente lo que es. Esta es una de las acepciones de "lava tu cuenco". La otra acepción es la misma de "ocultar las huellas", que es también sinónimo de Aceptación de lo que ocurre en cada momento.

El primer paso en este proceso de "lava tu cuenco" es lo que en la "Nube del No Saber" se llama humildad perfecta, esa actitud de reconocer la realidad tal como es y por tanto de perder todo argumento para reconocer mérito particular u orgullo especial o singular por ser. Es una actitud vital resultado de una experiencia vital, que ha de irse asentando en la vida del practicante hasta que la actitud de humildad sea el resultado de una experiencia de unidad, de experiencia de comunión y no separación.

La segunda versión de "ocultar las huellas" sigue el camino de olvidar los logros, de desidentificación:

OCULTAR LAS HUELLAS: ÉRIC ROMMELUÈRE

ETIQUETAS: ZEN, ÉRIC ROMMELUÈRE, ÉTICA

"Esconder la luz y ocultar las huellas", **tôkô kaiseki**, o incluso *binseki tôkô*, una variante con el mismo sentido, es una fórmula zen que invita a la invisibilidad. El sabio chino quiere alejarse del mundo, abandonar los caminos trazados por los hombres. Penetra en las verdes montañas y los valles profundos y cabalga en el viento. El taoísmo influyó intensamente al primer zen de la época Tang (ss. VII-X). La metáfora está tomada de esta antigua tradición china, que lleva el arte del ocultamiento y la ligereza a su cumbre. **Ya Laozi (Laotseu) dice en el *Daode jing*: "Aquel que sabe andar no deja huellas."**

La escuela llamada "la montaña de la Cabeza de Búfalo" (*niutoushan*), una de las primeras corrientes del zen chino relacionada, sin duda *a posteriori*, con el

cuarto patriarca Dayi Daoxin (580-651), había hecho de la desaparición un ejercicio espiritual. La corta biografía de uno de sus maestros, un cierto Zhongshan Yuncui (ss. VII), informa simplemente sobre este último que “*oculto sus huellas sobre el monte Zhong donde pasó numerosos años*”. Todo lector chino evidentemente comprende que este Yuncui se retiró a una ermita solitaria sobre el monte Zhong. La escritura china es escueta. En solamente dos palabras, “ocultar sus huellas”, dice más sin embargo que el simple aislamiento físico. La metáfora sugiere una manera de ser en la que nadie sabría distinguir lo que destaca del abandono exterior y del abandono interior.

(Así pues este “ocultar las huellas” es una actitud espiritual, que implica hacer y morir, implica incluso olvidar lo hecho, olvidar, de forma instantánea el mérito, la acción buena. El practicante espiritual no lleva cuenta de sus obras, sino que vive en el ejercicio de la invisibilidad de sí mismo.)

Así, cuando Zhao Zhou pregunta sobre si ha comido el arroz, esta preguntando sobre méritos o sobre metas o finalidades, o éxitos, ante la respuesta positiva del monje, la propuesta del maestro es “oculta tus huellas, incluso de ti mismo”)

A pesar de que el budismo hindú subraya la necesaria dimensión comunitaria, el budismo chino es heredero de un taoísmo fundamentalmente individualista. Para todos esos monjes el eremitismo parecía natural. Se internaban en las montañas y en los valles, donde permanecían largos años sin ver a un solo ser humano, teniendo por únicos compañeros los pájaros y las bestias salvajes. Después de haberse convertido en monje, Fayong (594-657), que se convirtió en el primer patriarca de esta escuela niutoushan, se estableció en una gruta al pie de la montaña Cabeza de Búfalo. Bastantes años más tarde el maestro zen Daoxin, que buscaba un “hombre del *dao*” - la expresión se ha retomado en el zen - tuvo noticias de que un cierto Fayong, denominado “el perezoso” por los monjes del templo vecino, vivía solo en la montaña. Evidentemente esta pereza era enteramente taoísta. Si Fayong obscurecía sus huellas de esa forma sin duda debía ajustarse al *dao*. Daoxin fue a su encuentro y le transmitió su enseñanza.

(El ideal del practicante zen es un proceso de invisibilidad, no de rechazo del mundo, como podría entenderse de la vocación eremítica, sino de romper con el juego de finalidades y de historias de ganancia o pérdida)

En China, como en toda sociedad tradicional, el individuo se insertaba en una red de relaciones y obligaciones familiares, sociales y políticas que lo confinaban en su posición. “Salir de la familia”, *shukke* (el término designa al monje o al renunciante budista), ocasionaba una ruptura radical con la identidad social, ruptura que no dejó de plantear dificultades en la implantación del budismo en Extremo-Oriente. El monje se rasuraba la cabeza, cambiaba de vestidos, adoptaba un nuevo nombre, otros tantos signos que manifestaban su desarraigo de todas las representaciones sociales (incluso si evidentemente reencontraba una posición en el monasterio, además de que la *sangha*, la comunidad de monjes, terminó por ocupar un *lugar* esencial en la sociedad china).

Bajo las dinastías Song (ss. XI-XII), los monjes vivían a veces en grandes comunidades y el término mismo de obscurecer las huellas llegó simplemente a designar el ideal del monje que se separaba del siglo. En un pequeño libro consagrado a las reglas monásticas Dôgen escribió por ejemplo: “*Los hombres del pasado vivían en lejanas montañas y practicaban en apartados bosques.*”

No solamente las ofrendas eran raras sino que también habían abandonado todas las relaciones. Vosotros debéis estudiar su aspiración a cubrir su brillo y a oscurecer sus huellas” (Reglas para la segunda sala de monjes).

Desde su propia perspectiva los monjes no rechazaban el mundo de los hombres, rechazaban simplemente conformarse a sus expectativas, al deseo de agradar, al de ser conocido. Rechazaban vivir a través de las imágenes que les imponía el mundo. Preferían desertar para profundizar lo esencial y excavar en ellos mismos un camino hacia el corazón.

Oscurecer las huellas no consiste simplemente en sustraerse del mundo para comprometerse con la vía, más radicalmente todavía, se trata de morir a las propias representaciones, incluida la de ser budista. Huike (487-593), Eka en pronunciación japonesa, fue el segundo patriarca del zen chino y el sucesor de Bodhidharma. Su biografía informa de que meditó durante años hasta que un día, en el transcurso de una meditación, tuvo la visión de un espíritu que le ordenó dirigirse al sur. Una tarde de invierno llegó por fin al templo de Shaolin, donde residía el austero Bodhidharma. Este no le autorizó a entrar. Eka permaneció fuera bajo la nieve que caía en grandes copos. Al alba Bodhidharma lo reencontró en el frío, sepultado bajo la nieve, Huike le suplicó nuevamente que le acogiera pero Bodhidharma le trató de nuevo con aspereza. Para mostrar su determinación Huike se cortó entonces el brazo izquierdo. Finalmente Bodhidharma le autorizó a entrar. La anécdota, más simbólica que histórica, es famosa. Después de muchos años de profundización Bodhidharma le transmitió su ropa monacal, su *kesa*, como prenda de su reconocimiento. A continuación Huike prosiguió la tarea de su maestro. Después de haber transmitido la ropa de Bodhidharma a su discípulo Sengcan se dirigió a la ciudad de Ye donde enseñó durante treinta y cuatro años. Después repentinamente “hizo borrosas sus huellas y sus actitudes cambiaron”. Ya no se ciñó más a las actitudes esperadas en los monjes, se hizo libre, yendo y viniendo por lugares infames e impuros, en contra de todas las reglas de decoro budistas. No dirigía un templo, se contentaba con enseñar en el umbral de un monasterio (la gran puerta es el edificio de entrada), no del todo en el mundo profano ni tampoco del todo en el mundo sagrado. Mantenerse en el intervalo era sin duda una manera de no estar atrapado por uno u otro mundo, de no escaparse, de no sucumbir. Pero no se suele perdonar a aquellos que escogen lo indefinible. Víctima de la envidia Huike fue finalmente asesinado. Tocamos aquí el punto último de la enseñanza del zen: ¿Cómo acercarse lo más cerca de lo invisible?

Es un proceso de actitud interior, de vibrar vitalmente con el “no merito, no ganancia, no perdida” hasta que en el interior resuena el poema de Daigu Riokan:

*«Desde que penetré la vía de Caoqi,
Mil picos obturan delicadamente la entrada.
Aprisionados por glicinias, los viejos árboles están secos,
Envueltas de nubes, las rocas arrancadas están frías.
Mi caña de peregrino se pudre en la lluvia nocturna.
Mi kesa se enmohece en la niebla matinal.
Nadie pregunta por noticias mías,
Año tras año, año tras año, año tras año.»*

Esta es la actitud que ha de ser adoptada en un sesshin, si se guía por “ocultar las huellas”

COMO HACER QUE EL SILENCIO HABLE Y LA QUIETUD CAMINE – ROBERTO POVEDA

En primer lugar, Uchiyama eliminaba de las sesshin cualquier elemento superfluo; eliminaba el canto de sutras, eliminaba el trabajo, eliminaba cualquier tipo de enseñanza oral, eliminaba el uso del kyosaku, el bastón tradicional usado para corregir las posturas y alentar a los participantes, eliminaba en definitiva casi todo menos zazen, más algo de comida, unas horas para dormir y algunos instantes para atender las propias necesidades. Es decir, zazen en medio de la propia vida desnuda (sin juguetes), expresados ambos de la forma más simple e unitaria posible.

En segundo lugar, y este gesto, aparentemente mínimo pero altamente simbólico, creo que lo cambia todo; Uchiyama, el abad de aquel monasterio, se sentaba cara a la pared, como el resto de practicantes. De esta forma, aboliendo de entrada toda asimetría entre observador y observado, entre enseñante y aprendiz (o maestro y discípulo, si se prefiere la terminología al uso), entre realización y doctrina, devolvía la responsabilidad del propio zazen a cada practicante, a la realidad de uno mismo, es decir a la única persona en realidad capaz de realizar su propio zazen así como de vivir su propia vida.

Algún tiempo después leí su testamento espiritual, el discurso de despedida que dio cuando abandonó el cargo de abad de Antaiji; un gesto cargado también de un profundo significado simbólico y espiritual. Un gesto, por otra parte, inusitado; tanto aquí, en occidente, como en oriente, donde nadie una vez alcanzado el “cargo” dimite. En ese texto dice:

«¿Qué o quién es un auténtico maestro? Si lo consideramos intelectualmente y decimos que tal o cual persona debe ser el verdadero maestro, estamos cometiendo un grave error. Tan sólo estaríamos confiando en nuestro pensamiento engañoso de que determinada persona es un verdadero maestro. Zazen, lo cual es soltar y abrir la mano del pensamiento, es el único verdadero maestro. Este es un punto cardinal. Nunca les he dicho a mis discípulos que yo soy un verdadero maestro. Desde el comienzo siempre he dicho que el zazen que cada uno de nosotros practica es el único y verdadero maestro.»

Personalmente considero que una practica sincera de zazen requiere, o se manifiesta, o se le permite manifestarse (es difícil separar agente y acción, sujeto y objeto cuando hablamos de zazen) a través, como mínimo, de determinadas cosas. Sin pretender ser exhaustivo con los puntos que voy a indicar a continuación, ni aun menos abarcar con ellos aquello que es inabarcable, lo cual es algo imposible por definición, intentaré señalar algunas cuestiones que han sido y son en mi propia experiencia importantes:

- Ha de convertirse en una práctica cotidiana, si no su lugar será siempre el de lo “excepcional”, es decir lo separado de lo “ordinario”. En caso contrario, si practicamos zazen solo esporádicamente, en vez de ser el camino que nos lleva más allá de toda discriminación de nuestra mente limitada, se convertirá en una nueva dualidad en nuestra vida, en una nueva ilusión, en una nueva fuente de malestar.
- Ha de estar situado en el centro de nuestra existencia, constituyendo el eje, el vacío central, la oquedad venerable y venerada alrededor de la cual pueda girar la rueda de nuestra vida libremente, liberada de todo sufrimiento.

- Ha de basarse en un espíritu en el que se descarten las ideas de competición, consigo mismo o con los demás, así como de mejor o peor, de bueno o malo, de preferencia o rechazo, acogiéndolo todo en su seno por igual.
- Ha de librarse, como de cualquier otra idea, también de la idea de logro, de la idea de consecución incluso respecto al propio zazen. Es decir, de la idea de haber comprendido por fin “en qué consiste zazen” pues, en el momento en el que consiguiéramos “fijar” un algo, ese algo estaría muerto, ya no sería zazen. Convertido en un cadáver sobre la mesa de un médico forense, tan solo sería capaz, como mucho, de informarnos sobre el pasado, sobre cómo se llegó hasta allí, pero ya no de renovar con nueva vida el presente que pasa incesante a través de nosotros.

Esto no es otra cosa que comprender, aceptar, confiar, abandonarse al hecho de que zazen es una práctica inabarcable, ilimitada y, al mismo tiempo, de que es un camino que solo puede ser andado por cada uno de nosotros, con nuestro propio cuerpo y nuestra propia mente abandonados a la quietud y el silencio que lo abraza todo, momento a momento y día tras día.

Con todo, y aunque fundamentalmente se trate de un camino solitario, para profundizar en este camino es adecuado poder confrontarse de vez en cuando con otros que estén también recorriéndolo y, si es posible, que hayan recorrido un trecho mayor del mismo. Esto es útil para evitar encaminarnos por sendas erróneas y sin salida, extraviándonos ante cualquier fantasía. Pero también, ante todo, a nosotros, pobres humanos prontos a desfallecer ante cualquier obstáculo, este compartir nos sirve de aliento para seguir andando, para seguir construyendo aquella senda que solo existirá para nosotros si es pisada por nuestros propios pies.

Podemos rastrear aquel reunirse de los practicantes desde los comienzos del budismo.

En los primeros tiempos, en el boscoso y monzónico sur de Asia, básicamente había monjes mendicantes errantes, sin un hogar fijo, que celebraban sus reuniones en la estación de las lluvias, cuando se reencontraban para escuchar las enseñanzas y practicar juntos durante un tiempo en algún lugar apropiado. Posteriormente, con la expansión del budismo y con su implantación en otras tierras, se formaron comunidades monásticas fijas, con reglas que determinaban la actividad diaria de los monasterios, en los que los monjes practicaban juntos cotidianamente durante todo el año.

Hoy en día, aquí en Occidente, la mayor parte de aquellos que practican zazen son laicos, personas que trabajan, tienen familias, posesiones que gestionar, historias sociales en las que viven inmersos, cuyos amigos y las personas con las que comparten la mayor parte de su tiempo no necesariamente comparten ni entienden la propia opción.

En estas condiciones, que son las nuestras en una gran mayoría de casos, en las que, normalmente, los encuentros con otros que han decidido recorrer el mismo camino son más o menos esporádicos, o incluso raros (oscilando entre algún día a la semana y alguna vez al año), este reunirse con otros para practicar juntos, en un lugar adecuado y libres de otros compromisos, se convierte en algo cuyo valor es inestimable y precioso.

El motivo de cuidar, de apreciar, de amar estos momentos de reencuentro entre los que hemos decidido seguir este camino no es porque en este encontrarse podamos disfrutar durante unos días de algún modelo ideal (personal o comunitario), ni porque durante ese encuentro podamos soñar con haber vuelto a un paraíso perdido o haber sido admitidos provisionalmente en alguna utopía, lo cual no contribuiría sino a crear nuevas dualidades, nuevos ideales, nuevos extravíos, nuevos sufrimientos. Ni tampoco porque durante ellos vayamos a recibir alguna enseñanza “especial” proveniente de un otro, sino porque **en ellos podemos ahondar en nuestro propio zazen, y porque este ahondar, este abonar la tierra que somos, permanece y florece luego en nuestro zazen cotidiano.**

A través de mi propio zazen, que empecé de forma solitaria y fundamentalmente lo continúa siendo, **fui entendiendo poco a poco que esta práctica no puede tener sentido si se la aísla del resto de la vida**, si se practica zazen de un forma autista, desconectada del resto los actos de la vida, separada de nuestra cotidianeidad. En ese fondo inaprensible de nosotros mismos, al que nos entregamos cuando practicamos zazen, cuando nos separamos por un tiempo de la vida activa y del parloteo incesante de nuestra mente, hay algo que abarca a la vida y se mueve con y hacia ella.

Esta pregunta por la acción, que en el caso del hombre transcurre en buena medida de forma social, por el mundo de las relaciones con los demás, por aquel campo que podemos calificar como ético o, simplemente, por la vida entera, en todos sus extremos, en todas sus contradicciones aparentes, con todas aquellas dicotomías que construimos con nuestra mente y que inevitablemente pueblan nuestra vida, es una pregunta en realidad enigmática e inquietante: **¿Cómo puede una práctica del cuerpo y de la mente, consistente en aquietarse y sumergirse en el silencio, interior y exteriormente, ayudarnos, orientarnos en nuestra vida activa, bulliciosa, compartida, contradictoria, en la que es preciso escoger en todo momento? ¿Que tiene que ver aquello con nuestra familia, nuestro trabajo, nuestras amistades, con nuestras opiniones, con nuestras elecciones y rechazos? ¿Cómo hacer, en definitiva, que el silencio hable y la quietud camine?**

Creo que hay aquí un escollo, una dificultad, una tensión irreductible con la que se encuentra, antes o después, todo practicante sincero; es decir todo practicante que no reduzca zazen a una “cosa” más entre sus otras “cosas”, a una “práctica” como hacer ejercicio o salir a cenar con los amigos, o (para los aficionados a esas cosas) a algo similar a la realización de un “ritual purificador”; cosas orientadas todas ellas, sea en el plano material o en el espiritual, al bienestar propio o a mejorar la imagen que tenemos de nosotros mismos. Con frecuencia, por lo menos es mi caso, **la respuesta a esa pregunta suele ser difícil de encontrar, se dilata en el tiempo y en el espacio como un mar de brumas cubriendo el océano, se convierte en un koan.**

Normalmente, repetida y arraigadamente, una natural tendencia nos lleva a buscar fuera un modelo de “cómo deberían hacerse las cosas”. Buscamos modelos exteriores, en los libros y en aquellos que (suponemos) pueden tener más camino recorrido que nosotros. Intentamos andar por medio del bosque mirando solo el mapa, sin fijarnos en aquello que en concreto pisan nuestros propios pies, en aquello que de verdad nos rodea. Olvidamos que los mapas son

solo mapas, parciales, idealizados, incompletos; desfasados inevitablemente un instante después de su confección, por muy exhaustivos que sean. De esta forma, absortos en el mapa, nos golpearemos con cualquier obstáculo y caeremos en cualquier agujero que atravesase nuestro caminar.

Evidentemente los mapas son útiles, imprescindibles a veces, pero solo podemos atravesar el bosque si ponemos en marcha nuestro pies y estamos atentos ante los obstáculos. Hemos de fiarnos de los mapas mientras coinciden con la realidad de lo que estamos atravesando, de lo que estamos viviendo; pero si queremos realmente cruzar el bosque hemos de esforzarnos en seguir andando y también hemos de tener la determinación de resolver lo mejor que podamos los obstáculos, previstos o no por el mapa, que vayan apareciendo.

Hemos de fiarnos también de eso, de los obstáculos, de las dificultades, de lo que no queremos y nos disgusta, de nuestros propios errores y de los errores de los otros, pues no es otro el lugar en el que podemos despertarnos a nuestra propia vida. Solo así podremos comprender y realizar en nuestra propia carne, de verdad y no en nuestra fantasía o en nuestros ideales, la verdad revelada por Vimalakīrti a Mañjuśrī cuando este le preguntó: «¿Cómo sigue el bodhisattva el camino del buddha?» [y] Vimalakīrti respondió: “Transitando por caminos equivocados sigue el bodhisattva el camino del buddha”»

Si volvemos al koan, a la pregunta sobre cómo zazen, en tanto que práctica que “no sirve para nada”, esa práctica del silencio que no busca ni propone nada fuera de si mismo, que no es por tanto ni siquiera un mapa, puede orientar, iluminar, convertirse en el eje de nuestra vida y despertarnos a ella, creo sinceramente que la única respuesta posible está precisamente implícita en la pregunta misma.

Zazen es la respuesta a la pregunta que abre el propio zazen sobre nuestra vida, sobre lo que somos, siempre que no dejemos que este zazen se esclerotice y nos esforcemos en profundizar su practica; dejándola hacerse más vasta, ahondando cada vez más en ese fondo sin fondo que lo abraza todo.

No es posible permanecer ahí mas que profundizando siempre, pues sino ese permanecer se convertiría en el permanecer de los muertos; y no es posible profundizar ahí sino permaneciendo siempre, pues sino ese profundizar sería solo aparente, tan solo un recuerdo, y se disiparía como el sonido de una campana que ha sido tocada solo una vez.