
La Vía sin límites

Kusen de Roland Yuno Rech- Niza, noviembre 2008

Cuando se practica zazen, hay, por supuesto, un modo determinado de sentarse y de concentrarse en la postura; os lo recuerdo frecuentemente. Bascular la pelvis hacia delante, apoyarse firmemente con las rodillas en el suelo, estirar la columna vertebral y la nuca, empujando el cielo con la coronilla; distender el vientre, dejar que el peso del cuerpo esté sobre el zafu y las rodillas, sobre el suelo. Mano izquierda sobre mano derecha, pulgares horizontales, el canto de las manos en contacto con el bajo vientre, se inspira y se espira profundamente por la nariz, y se dejan pasar los pensamientos.

Por «pensamientos» no se entienden solamente los pensamientos, sino también las emociones, las percepciones, los deseos, los recuerdos, los diferentes estados de consciencia. En zazen, se los observa un instante y, tan pronto como se toma consciencia de ellos, se los deja pasar, sin apegarse a ellos, sin atribuirles una energía particular. Y, así, todos esos fenómenos que surgen en el espíritu aparecen en su verdadera naturaleza, que es sin sustancia, impermanente. Así, pues, dejan de atarnos. Es ahí donde ya no estamos en la técnica a propósito de la práctica de zazen, sino en la práctica misma de la Vía.

Es lo que el buda Shakyamuni enseñó desde el comienzo. No enseñaba una técnica de meditación ni de relajación o de bienestar, sino la Vía, *do, bodai*, que incluye al mismo tiempo la práctica y el despertar.

La Vía es el camino por el que andamos, la dirección que tomamos, pero también nuestra manera de andar. Dicho de otro modo, no caminamos por la Vía: nuestra forma de caminar es la práctica de la Vía. En este sentido, la Vía no está limitada al espacio del dojo, aunque sea un espacio privilegiado. La Vía existe por doquier; es decir que en todo aquello con que nos topamos, día y noche, hay una ocasión para practicar. En primer lugar, reconociendo claramente el carácter de aquello con que nos encontramos, como impermanente y sin sustancia, al igual que nosotros mismos, y luego no apegándonos a ello. Para decirlo de otra manera: comprender es también realizar.

Hay personas que comprenden muy bien, o que creen comprender la vacuidad, «todo es sin sustancia, todo es interdependiente», pero tan pronto como se topan con un fenómeno particular, eso ya no se aplica: se apegan al fenómeno, a la situación o, al contrario, la rechazan con agresividad, y se encuentran así muy alejadas de la práctica misma de la Vía.

Desde Bodhidharma, en el siglo V, en China, se habla de una transmisión especial del zen «fuera de las Escrituras». Fue sobre todo el zen Rinzaï el que hacía apología de esta expresión, «transmisión especial por fuera de las Escrituras». De hecho, la Vía del zen es una transmisión de persona a persona, y en esta transmisión de persona a persona hay una transmisión de buda a buda. Vale decir que el maestro, o el educador responsable de la enseñanza, transmiten por la práctica, por la experiencia, no a través de libros; transmite lo que es la experiencia esencial del zazen.

Aunque haya que comprender bien las palabras, las explicaciones, los sutras, y en todo caso como mínimo lo que se canta, no se debe depender de las palabras sino comprender

directamente el propio espíritu, su funcionamiento.

No depender de las palabras significa no encasillar la práctica de la Vía en categorías mentales sino, al contrario, posibilitar que la práctica misma revele la dimensión infinita de la Vía.

Si la Vía se dirige directamente al espíritu profundo sin depender de palabras, quiere decir que es una práctica con el cuerpo y que, por lo tanto, en el zen, comprender, realizar, quiere decir poner en práctica con el cuerpo.

Vale mucho más, de diez cosas comprender sólo una; de diez enseñanzas, no comprender más que una, pero practicarla realmente, más que acumular conocimientos y no practicar ninguna de las enseñanzas que evocan esos conocimientos.

Por otra parte, cuando se recibe una enseñanza, hay que preguntarse enseguida «¿Cómo puedo practicarla? ¿Puedo ponerla en práctica?».

La enseñanza del zen, la enseñanza del budismo, no es el producto de especulaciones filosóficas sino la expresión de la experiencia, experiencia unida a la práctica. Es una experiencia de despojarnos nosotros mismos de todo aquello que obstaculiza nuestra receptividad, que obstaculiza la verdad que se manifiesta por doquier, la Vía que existe por doquier; a menudo se dice «bajo nuestros pies», pero no necesariamente bajo nuestros pies: en nuestro propio cuerpo también, en nuestro espíritu y en todos los fenómenos con que nos encontramos, materiales o espirituales.

Lo que llevaba a Dogen a decir que uno termina por no encontrar otra cosa más que la Vía, cualquiera sea el lado hacia el que miremos. Llamaba a eso: «estar bloqueado por la Vía».

El término está mal escogido porque la Vía es liberadora, no es obstáculo ni obstrucción. Pero él quería decir que cuando se está verdaderamente comprometido con la práctica, todos los fenómenos con que uno se encuentra son ocasiones para la práctica y para el despertar.