
Cuerpo-mente, mental y psicología

Mundo con Roland Yuno Rech

Pregunta: *¿Cuál es, según tú, la visión del budismo sobre el inconsciente?*

Roland Yuno Rech: Es una visión muy profunda, una visión más profunda y más antigua que la de Freud. Es hacer realidad que somos los herederos de nuestro karma, no solamente desde nuestro nacimiento sino desde un tiempo infinito. Por ello, el inconsciente desde el punto de vista de Buda no es únicamente el inconsciente en relación a nuestro complejo de Edipo. Es el inconsciente de todas las causas que hemos provocado en el pasado que son como semillas enterradas en el inconsciente y que un día producirán efectos. Una de las funciones importantes de zazen es permitir que esas semillas se purifiquen; que aparezcan en la superficie todas las causas y las condiciones inconscientes; que puedan aparecer las emociones, los deseos de nuestro ser más secreto e iluminarlos con la consciencia hishiryo de zazen, que ve las cosas tal y como son.

Pregunta: *¿Y el sueño? ¿Cuál es la visión del budismo, qué piensas tú?*

R.Y.R.: Los sueños son una forma particular de ilusión, podemos decir incluso que son el prototipo de la ilusión. A menudo, en la vida, vemos la realidad a través de nuestros deseos, vivimos como en un sueño. El sueño fundamental, la mayor ilusión es tomarnos a nosotros mismos por algo. En la práctica de la vía de Buda, observamos todos los fenómenos *como sueños. El despertar, es justamente salir de esos sueños.*