
Dudas importantes

Mondo con Roland Yuno Rech - Grube Louise, Septiembre 2018

Pregunta: *Ayer hablabas del hecho de hacer preguntas si se tenían dudas. Me pregunto cómo saber qué duda habría que aclarar ¿No sería bueno tener algunas dudas para conservar la mente abierta? ¿En qué medida la convicción no es también una forma de hábito del pensamiento que podría encerrarnos? ¿Cuáles serían esas dudas importantes que envenenan la práctica?*

Roland Yuno Rech: Por ejemplo las dudas sobre la manera de practicar y el estado de la mente en zazen. Si no está claro en qué dirección hay que concentrarse durante zazen eso envenena la práctica. Se puede practicar durante veinte años sin encontrar nunca la paz del espíritu en zazen, porque se tiene la impresión de que no es bueno que los pensamientos aparezcan durante zazen y entonces se lucha contra ellos. Se puede experimentar un “zazen combate” durante años, lo que no es, para nada, el sentido de la práctica de zazen. Hay dudas importantes. Hay que preguntarse si se practica bien porque hay una manera justa de practicar.

Pero también puede haber gente que hace a la inversa. Piensan que en zazen está bien tener experiencias extraordinarias y esperan la iluminación, o buscan estados espirituales especiales. En una época había hippies que fumaban porros antes de venir a zazen. Esperaban entrar en un estado de consciencia modificado interesante. Ahí hay que dudar. ¿Está bien hacer eso? ¿Es justo o no?

Y también es muy importante dudar del propio ego. Nuestro ego existe, es una construcción mental. Pero muchas veces supera excesivamente su función. En vez de ser sólo un punto de referencia para nuestra identidad en las relaciones humanas con los demás, a veces, se vuelve el centro del mundo. Nos volvemos egocéntricos, y eso es un error. Poner en duda esa función del ego en tanto que centro del mundo (mientras que es solo el centro de nuestro pequeño mundo), es importante. Incluso una puerta de acceso al despertar.

Si encontramos ilusiones hay que dudar de ellas porque si tomamos las ilusiones por la realidad no podemos evolucionar. En ese caso la duda puede ser saludable. Hay que observar la propia mente y preguntarse: “¿Me ilusiono o no?” Por ejemplo, podemos creer que estamos despiertos y, en realidad, estar en la ilusión respecto al despertar. Hay que ponerlo en duda: “¿Verdaderamente he realizado el despertar, o esto es una ilusión?” Creo que la duda es necesaria. Alguien que busca la verdad debe poner en duda las trampas que encuentra. Yo escribí un libro sobre “Las trampas de la Vía”.

Por lo tanto, es verdad que la duda tiene una función de purificación, de limpieza, limpia el espíritu de todas las creencias ilusorias que lo obstruyen y que impiden despertarse de verdad.

Hay todo tipo de apegos que pueden darse en la práctica del zen, por ejemplo en la relación al Maestro. Hay que mirar los propios apegos y ponerlos en duda de manera que podamos abandonarlos.

Pero también hay dudas completamente nocivas: si dudamos de la enseñanza, o si dudamos de la práctica. Entonces, ya no tenemos ganas de esforzarnos para tratar de practicar, ganas de esforzarse para tratar de practicar. O si dudamos del hecho de que es importante despertarse a la dimensión profunda de la vida y pensamos que es mejor gozar de la vida, de todos los placeres imaginables, entonces justamente hay que poner en duda todo ese tipo de dudas.

Un día un hombre practicaba zazen en el dojo de La Gendronnière y el Maestro Deshimaru hacía un kusen sobre *mushotoku*. Decía que no hay nada que obtener en el zen. El hombre se levantó de repente, salió por la ventana del dojo y se fue corriendo: “Si no hay nada que obtener aquí no tengo ninguna razón para quedarme, me voy.” Volvió algunos días más tarde, pero en ese momento tuvo una gran duda...pero no era una mala duda.

Hay dudas que nos impiden practicar. Por ejemplo si dudamos de la sangha, para qué ir al dojo o a la sesshin, o si dudamos de cosas que son fundamentales para la práctica. Si dudamos del *gyoji*, es decir de la necesidad de que zazen no sea sólo algunos momentos pasados en el dojo, sino toda la vida, la práctica constante en la vida cotidiana. O si dudamos de la enseñanza, no podemos practicar. Es un círculo vicioso porque –como no se practica- la práctica se “reduce a un pequeño tomate cherry”, como decía el Maestro Kodo Sawaki, no irradia en nuestras vidas y se vuelve algo muy limitado. En ese momento no se sienten los beneficios de la práctica y, al cabo de cierto tiempo, se deja, porque zazen no es nada. Hay que tener cuidado con este tipo de círculos viciosos. Las dudas que nos impiden practicar de verdad, profundamente, alimentan forzosamente “la duda”.

Todas las dudas que nos impiden profundizar la práctica son estúpidas. Pero las dudas que ponen en tela de juicio nuestras falsas creencias y nuestras ilusiones sobre nuestra práctica y sobre nuestro ego, son justas.

Dicho de otro modo, hay que llegar a discernir cuál es una “buena duda” y una “mala duda”. Y si no se está seguro, se puede hablar con el Maestro o con un discípulo antiguo más experimentado: “Tengo un problema, una duda ¿Qué opinas?”