
La búsqueda de sentido

Entrevista con Roland Yuno Rech, extraída del programa de televisión "Voix Bouddhistes", sobre la búsqueda de sentido en nuestras sociedades. (2006)

Catherine Barry: *Buenos días a todos. Los franceses son, en Europa, los mayores consumidores de medicamentos psicotrópicos y el fenómeno se está extendiendo gradualmente a todos los países industrializados. Vivimos en una crisis en la que la pérdida de sentido es evidente, también la pérdida de puntos de referencia, igual que la pérdida de deseos constructivos, todo, alimentándose de nuestros miedos y del sentimiento de inseguridad que sigue creciendo en nuestras sociedades. La sabiduría pragmática del budismo, ¿puede ayudarnos a encontrar nuestro lugar en este mundo y a no vivir permanentemente desgarrados? ¿Puede ayudarnos a estar en sintonía con nosotros mismos, con los otros y con el resto del universo? Respuesta inmediata con Roland Rech.*

Roland Rech, buenos días. Eres uno de los principales responsables de la AZI: la asociación zen internacional de la que también eres uno de sus vicepresidentes. Eres monje en la tradición del Mahayana. Enseñas el zen, la enseñanza del Mahayana y la práctica de zazen por toda Europa, en Francia y más particularmente en el Dojo de Niza. Niza, donde resides. Vamos a tratar de explicar qué es esta pérdida de sentido y situarla en su contexto, para comprender cómo funciona este fenómeno. ¿Esta pérdida de sentido es inherente a nuestra sociedad de hiperconsumo, una sociedad que atrae nuestra atención hacia el exterior en lugar de ayudarnos conectar con nuestra interioridad, por así decirlo?

Roland Rech: Sí, yo creo que no puede haber sentido si no hay relación con el fundamento mismo de nuestra vida. En los viejos tiempos, el fundamento de la vida era entendido como una relación con Dios, con una creencia religiosa que nos unía a una verdad trascendente, a un Dios creador que justificaba nuestra existencia, daba una dirección a seguir, para desembocar en una reconciliación con él y a cumplir su voluntad, por tanto, llegar a la salvación. Después, ocurre que, desde hace más de un siglo, ahora, esta fe, ya no anima a la mayoría de las personas en Francia y en Europa y, por tanto, nos encontramos con una ausencia de fundamentos en una verdad profunda de la existencia. De pronto, esta ausencia de despertar a la verdad profunda de nuestra vida, hace que busquemos compensaciones en todo lugar, en el consumo, en el tener, en lugar de enraizarse en el ser.

C.B.: *Este sentimiento de absurdo de la existencia, es un sentimiento que tú has conocido bien, es pues importante hablar de él, precisamente porque puedes dar testimonio real y concreto de él.*

R.R.: Para mí, fue el punto de partida de mi búsqueda espiritual. En un momento dado, me di cuenta de que, no sólo ya no podía adherirme a la fe religiosa de mi infancia, sino que las grandes ideologías del siglo XX habían resultado todas catastróficas y se habían convertido en lo opuesto de lo que querían hacer, es decir más justicia, más verdad, más libertad en la vida de los seres humanos entre ellos. Y entonces me preguntaba: "¿Por qué vivir, de qué sirve vivir?"

Y ese fue el inicio de mi búsqueda espiritual y por ello, salí de viaje para tratar de ordenar todo lo que había recibido como educación y para intentar, a través del contacto con el mundo y un

contacto conmigo, si había una experiencia que pudiese ser fundadora de un nuevo sentido de la vida, que estuviese ligada a una experiencia interior y a una experiencia de la relación con el mundo y, no sólo, a la transmisión de valores por parte de la sociedad, la educación, la familia, a las cuales yo no me adhería.

C.B.: *De hecho, si puede decirse así, ¿lo que te condujo fue el sentimiento de absurdo de la existencia, ese no sentido y, al mismo tiempo, el dolor, el sufrimiento terrible de hacer frente a todo eso?*

R.R. Sí. Cuando descubrí el budismo, me di cuenta de que era la misma experiencia que la de Buda Shakyamuni, que se dio cuenta de lo absurdo de una vida en la que estamos, sufrimos vivimos, enfermamos y terminamos por morir. No podemos conservar lo que amamos. Estamos sometidos a todo tipo de pérdidas, de duelos. No podemos evitar lo que no nos gusta. Estas son las grandes bases del sufrimiento. Así, hice la experiencia de la práctica de zazen en Japón y, en ese momento, de repente, esa cuestión del sentido de la vida se evaporó. En la práctica de zazen, estamos totalmente concentrados en la postura del cuerpo, en la respiración, totalmente íntimos con nosotros mismos y la mente dualista ya no funciona. El cerebro izquierdo se calma y vivimos en un estado de total presencia a lo que es, sin pensar en ello conscientemente. Es una experiencia “de ser” profundamente, más allá de todo pensamiento, por tanto, más allá de toda cuestión de sentido, por ello, más allá de toda separación. Es como reencontrar nuestra unidad interior y, a la vez, con nuestro entorno. Y ese estado de plenitud de ser, es tan satisfactorio que no tenemos necesidad de añadirle nada. No hay necesidad de añadirle sentido. A partir de esta experiencia de zazen, he continuado viviendo haciendo zazen cada día y, viviendo en la vida cotidiana y profundizando la esencia de esta experiencia de zazen. Me di cuenta de que era portadora de sentido. Es decir que, me ponía en contacto con una dimensión de la existencia en la que me sentía totalmente próximo de los otros, en unidad con los otros, en unidad con la naturaleza, en unidad con lo que hago. Y en ese momento, la práctica se convierte en una verdadera realización de nuestra unidad de ser, aquí y ahora con nuestra actividad y, además, esta actividad, la dedicamos a los otros.

C.B.: *Por tanto, ¿el sentido que encontramos en todo esto, es la plenitud del instante y sentirse unido (como dicen los budistas, en interdependencia) con los otros y con el universo y primero con uno mismo?*

R.R.: Eso es. En primer lugar con uno mismo, con lo que se hace. Estoy ahí, aquí y ahora, UNO, con lo que hago y no tengo necesidad de añadir ninguna otra cosa. Esta es la dimensión absoluta de la práctica y creo que es necesaria para encontrar la paz del espíritu, para conectarnos con nuestra verdadera naturaleza de Buda, con nuestra naturaleza despierta, que es sin dualidad, que es verdaderamente UNO.

C.B.: *Hay un aspecto importante que convendría explicar: ¿Cómo llegamos, por la práctica, a esa no dualidad?*

R.R.: Es fundamentalmente por la atención al cuerpo. A veces la gente dice: “La postura de zazen es muy difícil, el zen no es para mí.” No, no es sólo una postura de loto en la que colocamos las piernas cruzadas en una postura que puede parecer un poco difícil. Es estar atento a todas las posturas del cuerpo en la vida cotidiana, a todos los gestos de la vida cotidiana: en la acción de comer, en la acción de barrer cuando barremos, en la acción de

caminar cuando andamos, ser verdaderamente UNO con el cuerpo. Por otra parte, es también llegar a dejar pasar los pensamientos que provocan la dualidad, la separación, que hace que estemos constantemente como parasitados por una corriente de pensamientos que nos impide vivir plenamente lo que estamos viviendo y, para ello, la concentración en la respiración es la mejor de todas las prácticas. Si somos, de verdad, UNO con el aliento, el aliento es como el viento que barre todos los pensamientos parásitos y nos permite reencontrar un espíritu fresco, un espíritu nuevo y, estar verdaderamente en contacto con uno mismo y, a la vez, con el otro. Y cuando digo con uno mismo es, estar en contacto con nuestras motivaciones, con nuestros deseos, con lo que nos anima pero también, estar en contacto con la dimensión más profunda de nuestra vida, que es lo que acabo de explicar anteriormente, es decir, esta vida en relación con los otros. Finalmente pues, unirme al otro a través de todas mis actividades, se convierte en el sentido de mi existencia y es portador de una ética que viene a reparar, creo yo, y refundar esta crisis de sentido, este nihilismo de nuestra sociedad actual que, hace que, para mucha gente, nada tiene sentido. Como decía uno de los héroes de Dostoievski: "Si Dios no existe, todo está permitido." Por tanto, todo es absurdo, no hay un significado especial hacia una cosa sobre otra.

C.B.: *E igualmente, esto, ¿permite combatir ese formidable sentimiento de soledad, que es la suerte de una mayoría de personas en nuestra sociedad?*

R.R.: La fe en la dimensión absoluta, es la experiencia de la no dualidad: ser UNO con uno mismo, UNO con Buda, UNO con el otro. En su dimensión relativa, es la confianza que tenemos en las enseñanzas de Buda, también en la experiencia que realizamos en zazen, por ello, es esa confianza la que va a darnos la energía de vivir, de prolongar en todos los actos de la vida cotidiana lo que experimentamos en la práctica de la meditación. Por tanto, esta fe es absolutamente fundamental y, para mucha gente, esta fe falta, porque está referida a una creencia exterior a ellos, de la que no tienen experiencia. Para mí, lo que me aporta la experiencia de zazen, es que me ha permitido reencontrar el fundamento en el interior de mí mismo, en la experiencia de lo que es, finalmente, la fe de todas las grandes tradiciones religiosas, que fundamenta todas las grandes virtudes y todos los grandes preceptos de todos los sistemas éticos.

C.B.: *A menudo, cuando tenemos problemas de sentido o de duda, nos hacemos muchas preguntas: ¿"Por qué aquí, por qué esto, por qué existo, etc...?" Entonces, cuando empezamos a encontrar sentido a las cosas, pasamos del porque al cómo. Pero, ¿cómo ocurre el clic?*

R.R.: Si. Incluso diría que el por qué tiene dos aspectos:

. Está el "por qué" en una sola palabra, que me remite al pasado, que se refiere al karma. Cuando al Buda le preguntan sobre el sentido del sufrimiento, responde, en un principio, a la cuestión del por qué: ¿por qué sufrimos? A causa de nuestro karma pasado, a causa de nuestras ilusiones, a causa de nuestra ignorancia. Y esto da un sentido al sufrimiento. Pero esta sensación de sufrimiento es fundamental, porque a partir del momento en el que tiene sentido, vamos a poder trabajar para resolverlo y, por ello para liberarnos de él.

. Está el "por qué" en dos palabras, es decir: ¿por qué vivo? ¿A qué voy a destinar los años que me quedan por vivir? Y a partir de la experiencia de nuestra no separación de todos los seres, el por qué va a ser: para ayudar a todos los seres que sufren, para cumplir los votos del

bodhisattva, por tanto, para resolver el sufrimiento de uno mismo y de los otros, en la no dualidad entre uno mismo y los otros.

C.B.: *Lo que también es muy importante, como dices tú, es que, cuando hacemos las cosas para los otros, las hacemos también para uno mismo, ¿entonces ya nos estamos curando?*

R.R.: Si porque, de hecho, hay una no separación entre uno mismo y los otros y, lo que hacemos para el otro, lo hacemos en realidad para nosotros mismos, porque hay una interdependencia entre los dos.

C.B.: *Sí, es muy importante. ¿Cuál es el mensaje esencial de esta emisión, si hubiera que retener un mensaje?*

R.R.: Para mí, la experiencia fundamental que hago a partir de la práctica del zen, es que, en el fondo, el sentido reside en nosotros mismos y es preciso tener confianza en ello. La cuestión que los seres humanos se plantean sobre el sentido de la existencia no puede ser respondida volviéndose hacia el mundo exterior, sino teniendo una mirada interior, que nos permita comprender la verdadera naturaleza de nuestra existencia va a ser, en lo que a mi concierne, vivir en armonía con lo que descubro de mi verdad interior.

C.B.: *También hay que tener paciencia, creo yo, es preciso decirlo, que es preciso tiempo para la práctica.*

R.R.: Sí, hay que ser paciente, pues incluso habiendo realizado un cierto grado de despertar, un cierto grado de comprensión del sentido de nuestra existencia, vivir sin traicionar esta realización es difícil, porque tenemos todo tipo de malos hábitos, todo un karma pasado que hace que vayamos a repetir, a pesar de que hayamos comprendido que es un error, vamos a repetir los errores. Hace falta pues mucha paciencia para resolver los propios errores, las propias ilusiones y también, mucha paciencia para ayudar a los otros. Y ayudar a los otros implica también tener recursos, medios hábiles, una sabiduría que va a consistir en ponerse en el lugar del otro, comprender cómo funciona, qué será lo más útil para él en ese momento a nivel de palabra o de acción, y eso requiere mucha paciencia. Efectivamente la paciencia es una de las grandes virtudes de todos los budas y ¡espero mejorar las mías!