

**CHANG CHEN-CHI**

**LA PRÁCTICA  
DEL ZEN**

**EDITORIAL LA PLEYADE**  
BUENOS AIRES

Título del original inglés  
THE PRACTICE OF ZEN

Traducción de  
PATRICIO CANTO

Queda hecho el depósito que previene la ley 11.723  
© by EDITOFUAL LA PLÉYADE - Sarandí 748 - Buenos Aires  
Impreso en Argefitind - Printed in Argentina

## PREFACIO

Los occidentales que emprenden con entusiasmo el estudio del budismo Zen suelen descubrir, cuando se desvanece el estado inicial de fascinación, que los pasos consecutivos que requiere una indagación seria resultan decepcionantes y sin fruto. La experiencia de la Iluminación es, en verdad, maravillosa, pero el problema fundamental es: ¿cómo puede uno alcanzarla? El problema que consiste en capturar a esta tentadora “bruja del Zen” continúa sin ser resuelto por la mayoría de los entusiastas occidentales del Zen.

Esto se debe a que los estudios que se realizan del Zen en Occidente están aún en sus comienzos, y a que los estudiantes de éste aún se mueven en esa región crepuscular a medio camino entre “el interés por el Zen” y la “comprensión” de éste. La mayoría de ellos aún no ha llegado al punto de madurez, en sus estudios, que permite la práctica del Zen, la realización del mismo, la transformación de éste en la más preciada de las posesiones interiores.

Como el Zen no es, ni en su esencia ni en sus niveles más altos, una filosofía, sino una experiencia directa en la cual es menester entrar con la totalidad del ser, el objetivo primordial ha de ser la obtención y la realización de la experiencia Zen. Para lograr esta experiencia suprema, que se conoce como la “visión Wu” o “la iluminación”, es necesario seguir las instrucciones de un maestro avanzado de Zen, o esforzarse a solas por medio del estudio y de las prácticas.

Con la esperanza de facilitar la comprensión del Zen y simplificar la tarea a quienes buscan una instrucción práctica, he elegido, traducido y transcrito aquí un cierto número de breves discursos y autobiografías de los grandes maestros Zen, basándome en fuentes antiguas y modernas que, si bien son muy populares en el Oriente, en el Occidente son poco conocidas. El contenido de estos documentos permite obtener un cuadro general de las vidas y las obras de los maestros Zen, y una idea más clara de la forma en que se cumple la labor del Zen. Seguir estos ejemplos y enseñanzas constituye la forma más segura y mejor de iniciarse en estas prácticas, pues nadie más indicado que estos notables maestros para tratar el tema del Zen práctico. Es por esta razón que se presentan aquí los discursos de cuatro celebrados maestros chinos de Zen: Hsu Yan, Tsung Kao, Han Shan y Po Shan.

Además de mis propias sugerencias y observaciones sobre la práctica Zen, que pueden encontrarse al comienzo del segundo capítulo también se hace una revista de los aspectos esenciales del budismo Zen al comienzo de este libro. Es de esperar que, después de leer el primer capítulo, el lector haya aclarado su idea sobre el budismo Zen y pueda así continuar sus estudios con más facilidad que antes. Sin embargo, es posible que el novato en budismo encuentre algunas dificultades. Aunque en su conjunto este libro tiene el carácter de una introducción, tal vez sea más específico en ciertos problemas y ciertos aspectos del estudio Zen que otros libros de su clase que pueden obtenerse actualmente en idioma inglés.

El capítulo III, “Los cuatro problemas del budismo Zen”, fue en su origen un ensayo sobre “La Naturaleza del budismo **Ch’an**”, que apareció en el número de enero de 1957 de la publicación *Philosophy East and West* de la Universidad de Hawaii. El artículo forma parte ahora de este libro, con algunos cambios menores. Considero que los cuatro problemas allí tratados tienen mucha importancia para los estudios de Zen.

El capítulo IV, “Buda y la meditación”, fue escrito originariamente como una conferencia, leída en un seminario de la Universidad de Columbia en 1954, a invitación del Dr. Jean Mahler. En él se exponen algunas enseñanzas básicas del budismo y algunos principios esenciales que fundamentan la práctica budista de meditación, y que tal vez no son enteramente conocidos en Occidente. Como algunas frases y expresiones del Zen son excesivamente difíciles, cuando no imposibles, de traducir *-algunos estudiosos*

*las consideran absolutamente intraducibles-* he tenido que hacer uso, en unos pocos casos, de una traducción libre. Algunos términos japoneses, como **koan** por **Kung-en**, **satori** por **wu** y **Zen** por **Ch'an**, etc., ya están establecidos y son ampliamente utilizados en Occidente de tal modo que se emplean en este libro junto con los términos chinos originales. La transcripción al alfabeto latino de los signos chinos se basa en el sistema Wade-Giles.

Deseo expresar aquí mi gratitud al señor George Currier, a la señorita Gwendolen Winsor, a la señora Dorothy Donath y a mi esposa, Hsiang Hsiang, que me han prestado una gran ayuda en la redacción en inglés del texto, preparando, compaginando y dactilografiando el manuscrito y formulando valiosos comentarios y sugerencias sobre la obra. Asimismo, deseo agradecer a mi viejo amigo, el señor P. J. Gruber, por su constante asistencia y por su aliento.

En mi condición de chino refugiado, deseo asimismo agradecer a todos mis amigos norteamericanos, así como a la Fundación Bollingen y a la Fundación de Estudios Orientales por la generosa ayuda prestada, que me dio la oportunidad de continuar mi trabajo y mis estudios sobre el budismo aquí, en los Estados Unidos. A todos ellos, expreso aquí mi agradecimiento sin límites.

CHANG CHEN-CHI

## CAPÍTULO I

---

### ¿QUÉ ES EL ZEN?

¿Qué es el Zen? “Zen” es la pronunciación japonesa de la palabra china ch'an, y ch'an, por su parte, es la abreviatura de la frase original “**ch'an na**”, corrupción fonética de la palabra sánscrita dhyana, o de la palabra **pali jhana**. En otras palabras, ¡Zen es la deformación fonética de otra deformación! Sin embargo, esto es menos importante que el hecho de que el Zen representa una enseñanza que bien puede considerarse como el pináculo de todo el pensamiento budista, una enseñanza que es notablemente directa, profunda y práctica, una enseñanza capaz de brindar al individuo la liberación completa y la perfecta iluminación. Pero resulta difícil hacer una exposición clara del mismo. El Zen es, como dicen las expresiones chinas, algo “redondo y rodante, resbaladizo y terso”... algo inasible e indescriptible, que no puede explicarse ni interpretarse. Sin embargo, vale la pena el tratar de vencer esta dificultad con el fin de presentar un cuadro más claro del Zen.

### **ESTILO ZEN Y ARTE ZEN**

El Zen es una escuela de budismo Mahayana, originada y elaborada en la China. Su filosofía y sus prácticas no son esencialmente distintas de las otras escuelas Mahayana. El Zen no contiene enseñanzas singulares o exclusivas que no estén incluidas en la totalidad del budismo Mahayana. La diferencia radica únicamente en el estilo no convencional y las formas desusadas de expresión que han adoptado los budistas Zen. Este “estilo” o “tradición” Zen, formado en el último período de la historia del movimiento Zen, es tan llamativo y tan desusado que ha convertido al Zen en una forma notable y extraordinaria de la enseñanza budista, sin paralelos en cualquier otro campo de la filosofía o la religión.

¿Qué es, pues, este “estilo Zen”? Dicho brevemente, el estilo Zen consiste en el lenguaje enigmático, las actitudes desconcertantes y los métodos sorprendentes que emplean los budistas Zen en sus enseñanzas y en sus prácticas.

Por ejemplo, un monje preguntó: “¿Qué sentido tiene que el Bodhidharma venga del oeste?” (Es decir: “¿Qué es la verdad?”) El maestro contestó: “El ciprés que esta en el patio”. La misma pregunta formulada a otro maestro, fue contestada de esta manera: “Los dientes de la tabla tienen pelos”. Estas contestaciones pueden ser interpretadas como alusiones a la omnipotencia de la Realidad, pues la verdad esta en todas partes y todo lo penetra: el ciprés o el ventarrón, el perro que aúlla y hasta la tabla con pelos están vibrantemente vivientes en el “aquí y ahora” presentes. La razón de que el Bodhidharma haya venido del oeste es la necesidad de averiguar esta verdad universal. Asimismo, es posible interpretar la respuesta: “Los dientes de la tabla tienen pelos” como una intención, de parte del maestro, de apartar al discípulo de la rutina de su pensamiento habitual, trabado, y llevarlo directamente al “estado de mas allá” por medio de una respuesta aparentemente ilógica y fuera de lugar. Es posible ir más lejos y decir que el maestro Zen no tenía la intención de contestar a la pregunta: no hacia más que declarar en forma simple y directa lo que veía y sentía en el momento en que se le formulo la pregunta. En este “sencillo sentimiento terreno”, en su estado primordial, genuino y natural, radica todo el secreto del Zen. Simple, pero maravilloso, este sentimiento es el fundamento mas precioso del Zen, algo que a veces ha sido descrito como el tang hsia i nien, o pensamiento instantáneo. Por ser instantáneo, ninguna artificialidad, concepción o idea dualística puede surgir de él. En ese pensamiento no hay lugar para tal cosa. Es tan sólo mediante la comprensión de esta “inteligencia instantánea” que el ser humano puede liberarse de todo yugo y sufrimiento. Al no apartarse en ningún instante de esta “instantaneidad” eterna, el maestro Zen ve a todas las cosas como el gran Tao desde el ciprés hasta el montón de estiércol. Es por eso que el maestro no

realizó ningún esfuerzo por dar una respuesta adecuada; se limitó a exponer sencillamente lo que veía y sentía en ese momento.

Dejando de lado lo que estos maestros Zen han querido dar a entender con sus respuestas, o como uno pueda interpretarlas, queda el hecho indiscutible de que las respuestas dadas en muchos koans tienen un carácter desusado. Por lo tanto la primera lección consiste en acostumbrarse a esta manera Zen, o “estilo de expresión” inédito. De otra manera, el Zen sólo logrará mistificar y confundir nuestra “inocente curiosidad”, todo ello sin resultado. Es menester recordar que, por misterioso o disparatado que parezca ser un koan<sup>1</sup>, hay siempre detrás de él algo profundo: la extraña observación siempre quiere decir algo. Para descifrar estos enigmas sin embargo, se requiere no sólo un dominio completo del lenguaje y las tradiciones Zen (tarea adecuada para el profesional, únicamente) sino también cierta experiencia personal del Zen mismo. En el caso de que no tenga ni una cosa ni otra, el Zen resulta, en verdad, difícil de captar. De todos modos, y esto va para todos, la primera tarea consiste en familiarizarse con los estilos y las tradiciones Zen.

La segunda lección importante es la que consiste en aprender las dificultades y los obstáculos que pueden surgir en los estudios del Zen. Pues el Zen no es un tema que pueda aprenderse mediante esfuerzos superficiales. Presenta una dificultad formidable: en realidad, es el aspecto más difícil del budismo. Sería una tontería albergar la esperanza de que podemos entender al Zen sólo por leer uno o dos libros, o por sentarnos unas pocas horas a meditar. Por lo menos, se requiere algunos años de arduo trabajo para lograr al fin propuesto. De todas maneras, conviene y es prudente que los estudiantes Zen, los serios y frívolos, conozcan las dificultades que se presentan ante ellos en el comienzo mismo de sus estudios.

La primera dificultad está dada por la aparente inasibilidad y el carácter indefinido del Zen. Al parecer, no existe un sistema organizado que deba seguirse; ninguna filosofía definida que deba aprenderse. Las contradicciones y las inconsistencias abundan. Aunque esto pueda explicarse mediante la lógica ilógica del Zen, el “resbaladizo indefinido”, tantas veces encontrado sigue confundiendo y desconcertando. Por ejemplo, la pregunta planteada en el más común de los koans *-el ya mencionado: “¿Qué sentido tiene la llegada del Bodhidharma desde el oeste?”* - tiene más de doscientas respuestas diferentes. He aquí algunas de ellas:

Un monje le preguntó a Hsiang Lin: “¿Qué sentido tiene la llegada del Bodhidharma desde el oeste?”. Hsiang Lin contestó: “Si estamos sentados demasiado tiempo, nos cansamos”. A la misma pregunta, Chiu Feng contestó: “Una pulgada de un pelo de tortuga pesa nueve libras”. Por otra parte, la respuesta de Tung Shan a Lung Ya fue: “Te lo diré cuando el arroyo de la montaña fluya hacia arriba”.

Hay tres razones para esta inasibilidad o indefinibilidad del Zen:

1. La última Verdad-Prajna que el Zen trata de indicar es, en sí misma, inasible o indefinible por naturaleza.
2. Zen es una enseñanza muy práctica, y su objetivo principal consiste en llevar a los individuos a la Iluminación<sup>2</sup> por el camino más rápido y más directo; y como cada discípulo difiere por su capacidad, disposición y grado de adelanto, un maestro Zen debe impartir sus instrucciones en formas diversas y

---

<sup>1</sup> Koan es la pronunciación japonesa de la palabra china kung-en. El vocablo tiene varios significados. En el caso, significa “cuento” o “acontecimiento”. En general, la palabra es usada, en este primer capítulo, en este sentido. En el capítulo II, “La práctica del Zen”, se utiliza en el sentido específico de Hua Tou (ejercicio).

<sup>2</sup> Iluminación. Esta palabra se usa en este libro para indicar únicamente la experiencia trascendental que consiste en comprender la Realidad universo. Indica una experiencia espiritual, mística e intuitiva, y no debe interpretarse nunca como un término que alude a una captación intelectual, como suele utilizarse en relación con “la Edad de la Razón”.

desde diversos niveles, con el fin de que el Zen sea práctico y efectivo. Este factor es el responsable de la gran variedad de expresiones que contribuyen a complicar más el problema, y a volver al Zen más difícil de entender.

3. Después del período del Sexto Patriarca, Hui Neng (638-713), el Zen, gradualmente, se convirtió en un arte *-un arte único que consistía en transmitir la Verdad-Prajna-* y que se negaba, como todo gran arte, a seguir ninguna forma establecida, ninguna fórmula o sistema de expresión. Esta actitud excepcionalmente liberal dio nacimiento a esas expresiones “excéntricas” y radicales del Zen, que también han contribuido considerablemente a la complejidad e incomprensibilidad del tema.

Algunas breves explicaciones de estos tres puntos pueden ser útiles aquí.

Primer punto: ¿por qué la última **Verdad-Prajna** que el Zen quiere indicar es tan indefinible y tan inasible? “Definir” significa poner límites a, o declarar el sentido exacto de una cosa determinada. “Asir”, en el sentido empleado aquí, significa comprender el sentido de una cosa, y retenerlo. Como el mismo acto de definir consiste en encerrar a algo dentro de un cierto límite, no puede necesariamente no ser finito, angosto y restrictivo en su naturaleza; asimismo, como “comprender” significa asir algo mentalmente, pero no todo, ha de ser igualmente limitativo y exclusivo por naturaleza. Pero la última Verdad-Prajna que el Zen quiere indicar no puede ser en ningún modo algo angosto, finito o exclusivo: debe ser algo vasto, universal e infinito, algo que todo lo incluye y todo lo alcanza, algo más allá de la definición y la designación. ¿Cómo, pues, puede la verdad del Zen no ser indefinible e inasible? La misma palabra “definir” sugiere un dedo que señala a un objeto determinado, y la palabra “asir” una mano que retiene algo y no lo suelta. Estas dos imágenes expresan gráficamente el carácter estrecho, apretado y adhesivo de la mente humana. Dada esta deplorable limitación y este aferramiento, profundamente ahincado en la forma humana de pensar, no es sorprendente que la libre y omni-incluyente Verdad-Prajna se convierta en una sombra evasiva que siempre está eludiendo a su cazador. Esta naturaleza indefinible e inasible de la verdad del Zen está bien representada en los dos koans siguientes:

A. El Sexto Patriarca preguntó a Huai Jang: “¿De dónde vienes?”  
 Huai Jang contestó: “Vengo del Monte Su”.  
 Entonces, el patriarca preguntó: “¿Qué es eso, y cómo llegaste?”  
 Y Huai Jang contestó: “Cualquier cosa que dijera pasaría por alto lo esencial”.

B. Fu Ta Shih dijo en su célebre estrofa:

Avanzo con las manos vacías, pero estoy blandiendo una pala; camino sobre mis pies y, sin embargo, cabalgo sobre el lomo de un toro; cuando paso el puente, ¡he aquí que es el puente, y no el agua, que fluye!

Segundo punto: ¿Mediante qué instrucciones distintas y desde qué distintos niveles ha aplicado el Zen sus enseñanzas prácticas con el fin de llevar a sus discípulos individuales hacia la Iluminación?

Esto es muy difícil de contestar, porque incluye todos los aspectos del budismo Zen. Una respuesta satisfactoria exigiría un análisis completo del punto, que está más allá del alcance de este libro. En realidad, muchos maestros Zen han intentado esto mismo, queriendo adecuar las diferentes instrucciones Zen y el gran número de koans Zen a grupos y niveles correspondientes, con explicaciones y comentarios apropiados pero estos ensayos no han sido muy felices. Hay dos razones que explican esto: en primer lugar, la naturaleza no analizable y no clasificable del Zen mismo y, en segundo, la escasez de personas capacitadas no sólo para tal clasificación, sino dispuestas a infringir la tradición y el espíritu del Zen al proceder de esta manera.

Zen puede explicarse de muchas maneras, porque no existen “instrucciones” definidas del Zen a seguir. Los grandes maestros del Zen rara vez siguieron un programa fijo en sus exposiciones o en la enseñanza a sus discípulos. Sin embargo, con el fin de facilitar un poco la comprensión del Zen, podemos por el momento y arbitrariamente clasificar las innumerables especies de expresiones Zen, que se encuentran en los koans, en tres grupos:

1. Koans que aclaran la verdad-Zen mediante declaraciones simples y directas, de tipo “afirmativo-explicito”.
2. Koans que aclaran la verdad-Zen mediante formas negativas, de tipo “negativo-implícito”.
3. Koans que pueden ser considerados intermedios entre las dos previas categorías, o abarcando a ambas.

Daremos algunos ejemplos del primer grupo:

A. Chao Chou preguntó a Nan Chuan: “¿Qué es el tao?” Nan Chuan contestó: “La mente de cualquier hombre es el tao”. Chao Chou preguntó entonces: “¿Cómo es posible llegar a ella?” Nan Chuan contestó: “Si quieres llegar a ella, no hay duda de que se te escapará”. “Si no llegas a ella, ¿cómo puedes saber que es el tao?”. “El tao no es un problema que consiste en saber, o en no saber. Conocer es una manera ilusoria de pensar, y no saber es una forma de insensibilidad. Si se realiza el tao correctamente, la mente será semejante a un gran espacio, vasto, vacío y claro. ¿Cómo es posible, pues, que esto nos parezca justo y aquello nos parezca erróneo?” Al oír aquella observación Chao Chou fue iluminado, de súbito.

Wu Men hizo un comentario interesante sobre el koan citado: “Aunque Chao Chou tuvo la iluminación, debió afanarse durante treinta años antes de alcanzar la meta”.

B. El maestro Huang Po dijo en su sermón: “Todos los Budas, y los seres sensibles forman una sola mente. Desde el comienzo sin comienzo de los tiempos, esta Mente nunca llega a surgir, y nunca es extinguida. No es ni azul ni amarilla. No tiene ni forma ni molde. No es ni existente ni no existente, ni vieja ni nueva, ni larga ni corta, ni grande ni pequeña. Está más allá de toda limitación y toda medida, más allá de todas las palabras y los nombres, trasciende todas las huellas, toda relatividad. ¡Está aquí, ahora! Pero en cuanto surge un pensamiento (en la mente) ¡ya está perdida! Es como el espacio, que no tiene bordes, inconmensurable e impensable. Buda no es más que esto: ¡tu propia mente!”

C. El Segundo Patriarca preguntó al Bodhidharma: “¿Cómo es posible alcanzar el tao?” El Bodhidharma contestó:

Exteriormente, toda actividad cesa;  
interiormente, la mente deja de agitarse.  
Cuando la mente se ha convertido en un muro,  
entonces puede ingresar al tao.

Esta significativa estrofa es uno de los koans esotéricos que los maestros Zen prefieren no comentar y no explicar. A pesar de su tono aparentemente “místico” y su profundo significado, es muy explícita y directa. Describe sencillamente la experiencia concreta del estado previo a la iluminación. Este koan, por lo tanto, pertenece al primer grupo.

D. El maestro Shen Tsan llegó a la iluminación con la ayuda de Pai Chang. Después regresó al monasterio en el cual había hecho sus votos ante su primer maestro, el monje que lo había educado desde la infancia y que, en ese entonces, era un hombre muy viejo. Un día Shen Tsan estaba bañando a su viejo maestro.



Mientras lavaba la espalda del viejo, le dijo: “Este templo es muy hermoso, pero el Buda que lo habita no es, en absoluto, un santo”. El viejo maestro se dio vuelta y lo miró, a lo cual comentó Shen Tsan:

“Aunque el Buda no es santo, todavía puede irradiar luz”. Otra vez, cierto día en que el viejo estaba leyendo un sutra junto a una ventana cubierta de papel, una abeja empezó a luchar desesperadamente, con todas sus fuerzas, por entrar a la habitación, pero el papel se lo impedía. Shen Tsan, al observar esto, dijo: “El mundo es tan vasto y tan anchuroso que bien puedes liberarte en él. ¿Por qué razón sigues golpeándote contra ese viejo y podrido papel?”

Cuando la puerta está abierta de par en par,  
¡qué tonto es querer salir  
precipitándose sobre la ventana!  
¡Ay! ¿cómo puedes tú, maestro,  
levantar tu cabeza sobre el pantano  
si hundes la nariz en papeles viejos y podridos  
desde hace cien años?

Al escuchar esta observación, el viejo alejó la cara del libro y dijo a Shen Tsan: “Desde hace algún tiempo estás haciendo comentarios desusados. ¿De quién has aprendido cuando estabas lejos de aquí?” Shen Tsan contestó: “He obtenido el estado de descanso apacible por la gracia del maestro Pai Chang. Ahora he vuelto a pagar la deuda de gratitud que tengo contigo”. Entonces el viejo maestro preparó un gran banquete en honor de su joven discípulo, convocó a los monjes del monasterio a la reunión y rogó a Shen Tsan que predicara el dharma a todos ellos. Entonces Shen Tsan subió a un elevado sitio y siguiendo la tradición de Pai Chang, predicó del siguiente modo:

La maravillosa Luz es extrañamente irradiante:  
libre está de la servidumbre de la materia y los sentidos.  
No sujeta a palabras y letras  
la esencia se muestra desnuda en su eternidad pura.  
La Esencia Mental nunca es mancillada:  
existe en su perfección desde el principio.  
Basta con libraros de vuestras ilusiones  
para alcanzar el fundamento esencial del Buda.

Tan pronto como el viejo maestro oyó esta estrofa, se despertó.

E. La observación del Sexto Patriarca es, asimismo, otro buen ejemplo: “Si has venido aquí en busca del dharma, debes primero librarte de toda actividad mental y no permitir que ningún género de pensamientos surja en ti. Entonces te predicaré el dharma”. Después de un largo silencio, el Sexto Patriarca continuó diciendo: “No pienses en el bien, no pienses en el mal, justamente en este mismo instante, ése es tu rostro original”. Hui Ming fue inmediatamente iluminado.

Si se considera la frase “no pienses en el bien, no pienses en el mal”, este koan puede interpretarse fácilmente, como negativo o negativista. Pero el punto esencial de la observación del Sexto Patriarca está en las palabras que siguen: justamente en este mismo instante, ése es tu rostro original. Nada podría ser más directo y más afirmativo que esto.

Consideremos ahora unos pocos koans que pertenecen a nuestro segundo grupo, la clase “negativa-implícita” que da una idea de la verdad-Zen mediante expresiones “nulificadoras” o sustractivas.

A. Dijo un maestro Zen: “Si tienes un báculo te daré uno; si no tienes báculo, te quitaré uno”.

B. Te Shen dijo: “Si no puedes contestar, te daré treinta azotes; si puedes contestar, también te daré treinta azotes”.

C. “¿Qué es el Buda?” “Un bastón de estiércol seco”.

D. Un monje le preguntó a Chao Chou: “¿Qué es Chao Chou?” Chao Chou contestó: “El portón del este, el portón del oeste, el portón del sur y el portón del norte”.

E. Un monje preguntó a Tung Shan: “Cuando el frío invierno y el cálido verano llegan, ¿cómo puedes evitarlo?” Tung Shan contestó: “¿Por qué no huyes a un lugar en el cual no haya ni frío invierno ni cálido verano?” Tung Shan agregó: “En el invierno el maestro está congelado, y en el verano está mortalmente calcinado”.

F. Un día I Shan, Wu Feng y algunos otros monjes estaban ante Pai Chang. Pai Chang preguntó a I Shan: “¿Cómo puedes hablar sin la garganta, los labios y la lengua?” I Shan contestó: “En ese caso, maestro, dílo tú”. Pai Chang replicó: “No tengo inconveniente en decírtelo, pero no quiero asesinar mi posteridad”.

G. Un monje preguntó a Nan Chuan: “¿Hay alguna enseñanza que no deba impartirse al pueblo?” “Sí”. “¿Cuál?”. “No es la mente, no es el Buda y no es una cosa”.

H. Un monje estaba recitando el Sutra del Diamante: “...si uno ve que las formas no son las formas, entonces uno ve al Buda”. El maestro pasaba casualmente y oyó esto. Entonces dijo al monje: “Recitas erróneamente. El texto dice: *Si uno ve que las formas son las formas, entonces uno ve al Buda.*”. El monje exclamó: “¡Lo que acabas de decir es justamente lo contrario de las palabras del Sutra!”. Entonces, el maestro contestó: “¿Cómo puede un ciego leer el Sutra?”.

I. Un día Lin Chi vio a un monje que se le acercaba. Lin Chi levantó su Fo Tzu (plumero); el monje, entonces, se inclinó ante él, pero Lin Chi lo golpeó. Al cabo de un rato pasó otro monje. Lin Chi volvió a levantar su Fo Tzu. Como este monje no diera muestras de respeto, Lin Chi lo golpeó igualmente.

J. Un día Lin Chi fue invitado por su protector a pronunciar un sermón. Cuando subió al púlpito y en el momento en que se disponía a hablar, Ma Ku se adelantó y le preguntó: “El Todo-Misericordioso (Avalokitesvara) tiene mil brazos y mil ojos. ¿Cuál es el ojo principal?” Lin Chi contestó: “El Todo-Misericordioso tiene mil brazos y mil ojos. ¿Cuál es el ojo principal? ¡Dilo, dílo!”. Entonces Ma Ku sacó a la fuerza a Lin Chi de su asiento y se sentó en él. Lin Chi se acercó a Ma Ku y dijo humildemente: “No comprendo, señor”. Ma Ku iba a contestar, cuando Lin Chi lo sacó del asiento y se sentó él en su lugar. Entonces Ma Ku salió del salón. Cuando Ma Ku ya se había ido, Lin Chi descendió también del asiento, y no se pronunció ningún sermón (Ver capítulo III “Los cuatro problemas del budismo Zen”).

K. El Sexto Patriarca dijo en su famosa estrofa:

El Bodhi no es como un árbol;  
el límpido espejo no brilla en ninguna parte;  
desde el comienzo, ninguna cosa existe.  
¿Dónde puede uno encontrar el polvo que se junta?

Si ninguna cosa puede llegar a ser, desde el comienzo mismo, ¿cómo podemos acusar a los maestros Zen de ser negativos? El hecho es que ellos no han negado nada. Lo que han hecho es indicar nuestros errores, que nos llevan a pensar que lo no-existente es existente, y lo existente no-existente.

Esta clasificación más bien arbitraria de dos clases de expresiones Zen no es definitiva ni irrevocable y no implica que éstas sean plenamente afirmativas o absolutamente negativas. Pues en los koans de tipo afirmativo hay también un elemento negativo, y en el negativo, un elemento afirmativo. Ningún koan pertenece exclusivamente a una de las dos categorías. La verdad Zen que ambos tratan de aludir no ha sido modificada ni mutilada, a pesar de la aparente diferencia en la presentación.

Los koans de nuestro tercer grupo son algo difíciles de entender y explicar. Los monjes Zen los describen como de “tipo impenetrable”, como “montañas de plata y paredes de hierro”. Hablando estrictamente, sólo pueden ser comprendidos por personas adelantadas, cuyas profundas intuiciones corresponden a las de los actores, por lo cual están capacitadas para discernir en forma directa y clara el significado del koan, sin necesidad de recurrir a la adivinación o al análisis. Si uno está dispuesto a correr el riesgo de no captar el sentido, estos koans pueden no ser necesariamente ininteligibles o inexplicables, pero es dudoso que ésta sea una actitud recomendable. De todos modos, se dan aquí algunos ejemplos, con el fin de que el lector los interprete de acuerdo con su propio entendimiento y sus propias luces.

A.-Un día en el monasterio de Nan Chuan, los monjes del ala oriental tuvieron una pelea con los del ala occidental por la posesión de un gato. Todos acudieron a Nan Chuan para que oficiara de juez. Blandiendo un cuchillo en una mano y el gato en la otra, Nan Chuan dijo: “Si alguno de vosotros puede acertar en decir lo que hay que decir el gato se salvará; de lo contrario, lo cortaré en dos”. Ninguno de los monjes supo decir nada. Entonces Nan Chuan mató al gato. Esa noche, cuando Chao Chou volvió al monasterio, Nan Chuan le preguntó qué hubiera dicho en el caso de haber estado presente. Chao Chou se quitó las sandalias de paja, se las puso sobre la cabeza y se alejó. Entonces Nan Chuan comentó: “¡Oh, si hubieras estado aquí, el gato se habría salvado!”

B. Teng Yin Feng era un discípulo de Ma Tsu. Un día decidió visitar al maestro Shih Tou (significa piedra, o peñasco). Cuando le dijo esto a Ma Tsu, el maestro dijo: “Está bien. Puedes ir allá. Pero el camino es muy resbaladizo”. Teng Yin Feng contestó: “Llevo mi báculo conmigo. Puede desempeñar mi papel en cualquier drama en que la vida me meta”; Y se dirigió a la morada de Shih Tou. Al entrar a la habitación, rodeó el diván en que meditaba Shih Tou, golpeó el suelo con el báculo y preguntó: “¿Qué sentido tiene esto?” Shih Tou exclamó: “¡Oh, cielos, oh, cielos!” Yin Feng no dijo nada y volvió a ver a Ma Tsu a pedirle consejo. Ma Tsu propuso: “Vuelve a verlo y repite exactamente las mismas palabras. Cuando te conteste, inmediatamente (con fuerza) sopla produciendo el sonido ¡jui, jui!”. Yin Feng fue a ver a Shih Tou por segunda vez y le hizo la misma pregunta. Inesperadamente, Shih Tou no le contestó y se limitó a soplar dos veces, produciendo el sonido ¡jui, jui! (antes de que Yin Feng tuviera oportunidad de hacer lo mismo). Al no saber cómo reaccionar, Yin Feng volvió a Ma Tsu y le contó lo ocurrido. Ma Tsu dijo entonces: “¡Ya te dije que el camino de Shih Tou es muy resbaladizo!”

C. Un monje llamado Tien Jan fue a visitar al maestro Hui Chung. Al llegar preguntó a un monje ayudante si el Maestro Real estaba en casa. El monje contestó: “Sí, pero no recibe visitas”. Tien Jan dijo: “¡Oh, lo que dices es demasiado profundo y extraño!” El monje ayudante contestó: “Ni siquiera los ojos del Suda lo pueden ver”. Entonces dijo Tien Jan: “La hembra del dragón pare un dragoncito y la del fénix pare un pequeño fénix!”<sup>3</sup>. Y se retiró. Más tarde, cuando Hui Chung se despertó de su sueño y se enteró de lo que había ocurrido, golpeó al monje asistente. Cuando Tien Jan se enteró de esto, hizo este comentario: “¡Este viejo merece ser llamado el maestro real!” Al día siguiente Tien Jan volvió a visitar a Hui Chung. En cuanto divisó al maestro real, extendió sobre el suelo su manta (como disponiéndose a sentarse). Hui Chung dijo: “No es necesario, no es necesario”. Tien Jan retrocedió un poco y el maestro real dijo: “Está bien; está bien”. Pero, de repente, Tien Jan avanzó nuevamente unos cuantos pasos. Entonces, el maestro

---

<sup>3</sup> Aunque el dragón y el fénix pasan por ser animales auspiciosos entre los chinos, la expresión puede usarse en forma de cumplimiento o de sarcasmo. Aunque, en el caso, esto es evidentemente un elogio, Tien Jan hablaba sarcásticamente.

real dijo: “No, no”. Entonces Tien Jan dio una vuelta alrededor del maestro y se fue. Más tarde, el maestro comentó: “Mucho tiempo ha pasado desde los días de los Bienaventurados. La gente es ahora muy holgazana. Dentro de treinta años será muy difícil encontrar un hombre como este”.

D. Chao Chou fue a visitar a Huang Po. Cuando Huang Po lo vio, a la distancia, cerró la puerta. Entonces Chao Chou tomó una antorcha y gritó en el aula magna: “¡Fuego, socorro, socorro!” Al oír el grito, Huang Po abrió la puerta y salió. En cuanto vio a Chao Chou, lo tomó del brazo y dijo: ¡dilo, dilo!” Chao Chou contestó: “Empiezas a preparar el arco cuando el ladrón ya se ido”.

Llegamos ahora al tercer punto de nuestra discusión: ¿Por qué es el Zen un “arte” budista especial para la expresión de la Verdad-Prajna? La respuesta ahora debe ser evidente. El Zen es un “arte” en el sentido en que, para expresarse a sí mismo, sigue sus propias intuiciones e inspiraciones, no dogmas ni reglas. A veces parece ser muy grave y solemne, a veces frívolo y alegre, simple y directo, o enigmático y “lleno de vueltas”. Cuando los maestros del Zen enseñan, no siempre lo hacen con sus bocas, sino también con sus manos y piernas, con señales simbólicas o con acciones concretas. Gritan, golpean o mantienen las bocas cerradas, pretendiendo ser mudos. Estos comportamientos no tienen lugar señalado ni en la retórica ni en la filosofía ni en la religión, y pueden ser descritos como “arte”.

Este “arte Zen”, heterodoxo y extremista, se aplica, hablando en general, con cuatro propósitos distintos:

1. Conducir al discípulo individual hacia una iluminación directa.
2. Ilustrar una cierta enseñanza budista.
3. Expresar el humorismo y el ingenio Zen.
4. Poner a prueba la profundidad y la autenticidad de la comprensión y realización del discípulo.

Damos aquí algunos ejemplos del primer grupo:

A. Una noche Te Shan acompañaba al maestro Lung Tan, y éste dijo: “Ya es tarde. ¿Por qué no te retiras a tu cuarto?” Entonces, Te Shan le dio las buenas noches al maestro y se retiró. Pero volvió inmediatamente, diciendo: “Afuera está muy oscuro”. Lung Tan prendió una vela y se la pasó a Te Shan. Después, de repente, la apagó. Inmediatamente, Te Shan tuvo la iluminación.

B. Un monje que se llamaba Hung Chou fue a visitar a Ma Tsu y le preguntó: “¿Qué sentido tiene que el Bodhidharma haya venido desde el oeste?” Ma Tsu contestó: “Primeramente, inclínate ante mí”. Cuando el monje empezaba a inclinarse, Ma Tsu le dio una fuerte patada en el pecho. Inmediatamente, el monje tuvo la iluminación. Se levantó, golpeó las manos y, riendo ruidosamente, gritó: “¡Oh, qué, maravilloso es esto, qué maravilloso! ¡Centenares, miles de samadhis y de portentos infinitos de la Verdad se concentran en la punta de un solo pelo! “Luego, hizo una reverencia a Ma Tsu, y dijo a los presentes: “Desde que recibí aquella patada de Ma Tsu, siempre he estado animoso y riente”.

C. Lin Chi vivió en un tiempo en el monasterio de Huang Po. Una vez el Prior lo instó a que formulara algunas preguntas al maestro, Huang Po. Lin Chi preguntó: -“¿Qué sentido tiene el budismo?” En cuanto había dejado de hablar Huang Po lo golpeó. Lin Chi hizo la pregunta tres veces, y tres veces fue golpeado. A consecuencia de esto, decidió irse del monasterio. Antes de partir, dijo al Prior: “Por culpa de tu pedido, me golpearon tres veces. Ahora me voy a otro lugar a aprender Zen”. El Prior contestó: “Es conveniente que te despidas del maestro antes de irte”. Luego, aproximándose a Huang Po le dijo: “El hombre que ayer formuló la pregunta es un novicio, pero parece ser un hombre bueno y sincero. Si viene a despedirse de ti, ten la bondad de darle algunas instrucciones”. Al día siguiente, cuando Lin Chi vino a despedirse de Huang Po, se le dijo que hiciera una visita a Ta Yu. Al llegar Lin Chi a la casa de Ta Yu, este último le preguntó: “¿De dónde vienes?” “Vengo de ver a Huang Po”. “¿Qué enseña Huang Po?” “Tres veces le pedí que me dijera qué sentido tenía el budismo, y tres veces me golpeó. No sé en qué es mi pregunta

inapropiada”. Ta Yu contestó: “Huang Po es bueno como una madre. Su intención era despertarte plenamente... ¡Es estúpido de tu parte el haber venido aquí a hacerme estas preguntas tontas!” Al oír esto Lin Chi (tuvo la iluminación) exclamó: “¡Oh, ahora sé que no hay gran cosa en el budismo de Huang Po!” Ta Yu lo tomó por el brazo y gritó: “¡Oh, tú, fantasma que orinas en tu propia cama! Hace un instante me preguntaste cuál era tu error. Ahora acusas al budismo de Huang Po. ¿Qué verdad has percibido, que te atreves a hablar de semejante manera?” Lin Chi, inmediatamente, golpeó tres veces a Ta Yu con sus puños. Ta Yu le pegaba, diciendo: “Tu maestro es Huang Po; esto a mi no me concierne”. Entonces Lin Chi volvió a verse con Huang Po. En cuanto Huang Po lo vio llegar, dijo: “Vienes y te vas, vienes y te vas... ¿hasta cuándo seguiremos en esto?” Lin Chi contestó: “A causa de la bondad que has tenido conmigo”. Entonces Huang Po gritó con ira: “¡Maldito sea ese lengua larga de Ta Yu! ¡Cuando lo vuelva a ver, le voy a dar una buena paliza por esto!” “No es necesario esperar a verlo -dijo Lin Chi- ¡Puedes pegarle ahora mismo!” Huang Po comentó: “¡Este loco se atreve a venir aquí a tirarle al león de la melena en su propia guarida!” Lin Chi gritó entonces a Huang Po, quien le dijo que se fuera.

Lo citado demuestra que no existe un método definido que el maestro Zen deba utilizar para llevar a sus discípulos a la Iluminación. Una patada, un puñetazo, una simple observación, cualquier cosa sirve si el estado de ánimo del discípulo está a punto y dispuesto a recibir el último empujón. No es necesario añadir, sin embargo, que las patadas, los puñetazos y los juramentos “Zen” no son lo que parecen ser. Si la iluminación pudiera alcanzarse de esta manera, las prisiones y los campos de concentración de ésta mundo se habrían convertido en fábricas de producción de centenares de seres iluminados. Asimismo, si el solo hecho de escuchar una determinada observación Zen fuera suficiente para llegar al estado de iluminación, como creen dichosamente algunas personas, bastaría con conservar en unos pocos discos en microsurco las conocidas observaciones que han dado buenos resultados en la obtención de la iluminación y ponerse a escucharlos hasta que nos sintamos en tal estado.

Nos ocuparemos ahora del segundo grupo: ¿Cómo se aplica el “arte Zen” con el fin de ilustrar algunas enseñanzas budistas?

A. Un viejo había asistido unas cuantas veces a los sermones de Pai Chang. Un día, después de escuchar un determinado sermón, ocurrió que todos los oyentes se habían ido, menos este viejo. Pai Chang le preguntó: “¿Quién eres?” El viejo contestó: “No soy un ser humano. Cuando vivía en esta montaña, en los tiempos del último kalpa, uno de mis estudiantes me preguntó: “¿Se sienten los grandes yoguis sujetos a la ley de causa y efecto?” Yo contesté: “No, no están sujetos a ella”. A causa de esta respuesta engañosa, creé tanto karma maléfico que debí convertirme en un zorro durante quinientas vidas sucesivas. Ahora te suplico que me des una respuesta correcta, que me permita liberarme de la cadena de mis nacimientos zorrunos”. Pai Chang le dijo: “Está bien. Hazme ahora la pregunta original”. El viejo dijo entonces: “¿Están sometidos los grandes yoguis a la ley de causa y efecto?”

Pai Chang contestó: “Los grandes yoguis no son ciegos de la Ley de Causalidad”

Al oír esto, el viejo se despertó súbitamente. Se postró ante Pai Chang, y dijo: “Ahora estoy libre de mi karma maléfico”.

No tiene importancia que esto sea verdadero o simbólico. Lo cierto es que refleja típicamente la actitud Zen en relación al karma, o a la Ley de Causalidad. Aquí se indica que el Zen no niega la enseñanza básica de esta ley, que es aceptada por todas las escuelas budistas como una de las doctrinas fundamentales de la enseñanza budista. Esto demuestra que el Zen no es nihilista ni “relajado”, como creen algunas personas. Contrariamente a la creencia de los profanos, los que siguen al Zen suelen ser más escrupulosos en el cumplimiento de sus deberes religiosos y más rígidos en su comportamiento moral que los otros. No son, de ninguna manera, personas sin escrúpulos. El Zen da la libertad, pero no la corrupción

ni la disipación. La iluminación no lo vuelve a uno ciego a las leyes kármicas, ni produce tampoco malhechores y pecadores.

B. El primer ministro Kuo Tze I, de la dinastía Tang, era un hombre de Estado notable, así como un distinguido general. Sus condiciones militares y políticas lo habían convertido en el héroe nacional más admirado en sus días. Pero la fama, el poder, la riqueza y el éxito no lograban disminuir en el primer ministro su intenso interés y su devoción al budismo. Se consideraba a sí mismo un budista sencillo: humilde y devoto, y solía visitar a su maestro Zen para estudiar bajo su dirección. Él y el maestro Zen parecían entenderse muy bien. El hecho de que tuviera la posición de primer ministro, entonces una posición muy encumbrada en la antigua China, parecía no ejercer influencia sobre sus relaciones. Al parecer, no había la más leve traza de obsecuencia en el maestro Zen, ni de vana altivez de parte del ministro, y sus relaciones eran las puramente religiosas que existen entre un maestro respetado y un discípulo obediente. Sin embargo, un día, cuando Kuo Tze I, según su costumbre, visitaba al maestro Zen, le formuló la siguiente pregunta: “Reverendo Padre: ¿qué explicación da el budismo del egoísmo?” La cara del maestro Zen se puso súbitamente azul, y con un tono extremadamente altanero y desdeñoso se dirigió al primer ministro de esta manera: “¿Qué estás diciendo, imbécil?” Esta salida irrazonable e inesperada hirió los sentimientos del primer ministro, y una leve expresión de enojo empezó a mostrarse en su rostro. El maestro Zen sonrió y dijo: “Excelencia, eso es egoísmo”.

El tercer grupo a considerar ilustra la forma en que el “arte Zen” puede aplicarse a la expresión de humorismo e ingenio.

A. Su Tung Po, el celebrado poeta de la dinastía Sung, era un devoto budista. Tenía un amigo muy íntimo llamado Fo Ying, un maestro muy brillante de Zen. El templo de Fo Ying estaba sobre la orilla occidental del Yang Tse mientras que la casa de Su Tung Po estaba sobre la orilla oriental. Un día Su Tung Po fue a visitar a Fo Ying, y al no encontrarlo, se sentó en el estudio a esperar su regreso. Cansado de esperar, empezó finalmente a garabatear sobre una hoja de papel que había encontrado sobre el escritorio, y sus últimas palabras eran: “Su Tung Po, el gran budista a quien nada puede mover, ni siquiera las fuerzas combinadas de los Ocho Vientos Mundanales”<sup>4</sup> Después de esperar un rato más, Su Tung Po se cansó y volvió a su casa. Cuando Fo Ying regresó y vio la composición de Su Tung Po sobre el escritorio, añadió la siguiente línea: “¡Tonterías! ¡Lo que has dicho equivale a romper el aire!” y lo envió a Su Tung Po. Cuando Su Tung Po leyó este insultante comentario, se puso tan furioso que en seguida se metió en un bote, atravesó el río y se encaminó hacia el templo. Tomando por el brazo a Fo Ying, exclamó: “¿Qué derecho tienes de atacarme en esa forma? ¿No soy acaso un budista devoto, que sólo se ocupa del dharma? ¿Eres tan ciego después de tanto tiempo que nos conocemos?” Fo Ying lo miró tranquilamente durante unos segundos, después sonrió y dijo lentamente: “Su Tung Po, el gran budista, que sostiene que las fuerzas combinadas de los Ocho Vientos no pueden moverlo ni una pulgada, ha sido llevado ahora de una orilla a la otra del río Yang Tse, ¡por un poco de viento que ha salido del ano!”.

B. Un día el rey de Yen visitó al maestro Chao Chou, que ni siquiera se puso de pie al verlo llegar. El rey preguntó: “¿Quién está más alto, un rey terrenal o el rey del dharma?” Chao Chou contestó: “Entre los reyes humanos, yo estoy más alto; entre los reyes del dharma, también lo estoy”. Al oír esta sorprendente respuesta, el rey se sintió muy satisfecho. Al día siguiente, un general vino a visitar a Chao Chou, que no sólo se puso de pie al ver llegar al general, sino que le demostró, en todo sentido, más hospitalidad que la que había demostrado al rey. Cuando el general se fue, los monjes que servían a Chao Chou le preguntaron: “¿Por qué te pusiste de pie cuando vino a verte una persona de bajo rango, y no lo hiciste cuando vino a verte una de rango elevado?” Chao Chou contestó: “No entendéis. Cuando vienen a verme

<sup>4</sup> “Los Ocho Vientos Mundanales”. La expresión es usada abundantemente en el budismo y señala las ocho influencias que alimentan las pasiones y convierten al hombre en un esclavo del samsara. Son la ganancia, la pérdida, la difamación, el elogio, el ditirambo, el ridículo, la tristeza y la alegría.

personas del rango más elevado, yo no me levanto; cuando son de rango medio, me levanto: pero cuando son de ínfima condición, entonces salgo a esperarlas más allá del portón de entrada”.

C. Un día Chao Chou y Wen Yuan entablaron un debate. Se pusieron de acuerdo en que el que ganara el argumento habría de ser el perdedor, y el que lo perdiera el ganador. Como premio, el perdedor debía darle una fruta al ganador. “Habla tú, primero”, dijo Wen Yuan a Chao Chou. Se produjo el siguiente diálogo: Chao Chou: soy un burro. Wen Yuan: soy la panza de ese burro. Chao Chou: soy el excremento depuesto por el burro. Wen Yuan: soy un gusano en ese excremento. Chao Chou: ¿qué estás haciendo en medio de los excrementos? Wen Yuan: paso allí mis vacaciones de verano. Chao Chou: está bien. Ahora dame esa fruta.

La historia que sigue es una de las típicas anécdotas usadas por los budistas que siguen el Zen para ridiculizar a esos maestros fraudulentos que no tienen verdadera comprensión, y también a esos estudiantes ignorantes que siguen ciegamente el abracadabra de los imitadores del Zen. La historia es interesante, y demuestra cómo el Zen puede convertirse en una locura sin sentido en manos inapropiadas, lo cual no es una ocurrencia rara en nuestros días.

D. Un monje se llamaba a sí mismo “el maestro del silencio”. En realidad era un impostor y carecía de verdadera comprensión. Con el fin de vender su Zen fraudulento, tenía junto a sí dos elocuentes monjes asistentes, que contestaban por él las preguntas, pero él mismo nunca pronunciaba una palabra como si de esta manera quisiera demostrar su inescrutable “silencio Zen”. Un día, en ausencia de sus dos asistentes, un monje peregrino, se le acercó y preguntó: “Maestro, ¿quién es el Buda?” Al no saber qué hacer o qué contestar, en medio de su confusión, se puso a mirar desesperadamente en todas las direcciones *-al este y al oeste, aquí y allá-* en busca de sus ausentes voceros. El monje peregrino, satisfecho al parecer, le preguntó: “¿Qué es el dharma?” Tampoco pudo contestar esta pregunta, de modo que miró primero al techo y después al suelo, pidiendo ayuda al cielo y al infierno. Nuevamente preguntó el monje: “¿Qué es el **sangha**?” Ante esto, el “maestro del silencio” no pudo hacer otra cosa que cerrar los ojos. Por último, el monje preguntó: “¿Qué es la beatitud?” Desesperado, el “maestro del silencio” extendió sus brazos hacia el interrogador en un gesto de rendición. Pero el monje peregrino quedó muy contento y satisfecho de la entrevista, dejó al “maestro” y continuó su viaje. En el camino el peregrino se encontró con los dos monjes asistentes que regresaban, y empezó a contarles con entusiasmo que el “maestro del silencio” era un ser iluminado. El peregrino dijo: “Le pregunté qué era el Buda. En seguida volvió la cabeza al este y luego al oeste, queriéndome dar a entender que los seres humanos siempre están buscando al Buda por aquí y por allá, pero que en realidad el Buda no se puede encontrar ni en el este ni en el oeste. Luego le pregunté qué era el dharma. En contestación a esta pregunta me miró de arriba a abajo, queriendo dar a entender que la verdad del dharma es una totalidad de igualdad, dado que no hay diferencia entre lo alto y lo bajo ya que pureza e impureza pueden ser encontradas en ambos lugares. Al responder a mi pregunta de qué cosa era el **sangha**, se limitó a cerrar los ojos y no dijo nada. Esto era una insinuación del dicho célebre:

“Si puedes cerrar los ojos y dormir profundamente  
en las hondas grutas de las montañas  
envueltas en nubes, entonces eres un  
gran monje.

“Finalmente, al contestar a mi Última pregunta: ¿Qué es la beatitud?, extendió los brazos y me mostró sus manos ante mí. Esto quería decir que extendía sus manos de ayuda con el fin de orientar a los seres sensibles con sus bendiciones. ¡Oh, qué maestro tan sabio! ¡Cuán profunda es su enseñanza!” Cuando los monjes asistentes llegaron, el “maestro del silencio” les hizo reproches en esta forma: “¿Dónde os habíais metido? ¡Hace un instante estuve en un gran aprieto, y casi me he arruinado, por culpa de un peregrino preguntón!”

El cuarto punto sobre el “arte Zen” hace referencia a la manera en que los maestros del Zen ponen a prueba el alcance de sus discípulos. Estas pruebas toman muchas formas, que pueden ser de “comportamiento” y “verbales”.

Las pruebas de comportamiento consisten en actos extremos e inesperados; las pruebas verbales en los llamados “campeonatos verbales exhaustivos” (en chino: **chi feng wen ta**). Esta última es, posiblemente, la técnica más popular, y es aplicada ampliamente por los budistas zen. La palabra china **wen** significa “preguntar” y **ta** significa “contestar”, de tal modo que **wen ta** quiere decir “pregunta-respuesta” o, más libremente, “conversación”. Pero la frase **chi feng** resulta difícil de traducir, pues implica variados sentidos de gran sutileza. Literalmente, **chi** significa “importante”, “crítico”, o el “punto esencial”, etcétera, y **feng** es “la punta de un arma cortante”, de tal modo que, literalmente, **chi feng** significa “punta-cortante-importante”. Esto es una prueba de que la “pregunta-respuesta” Zen es aguda y afilada, como las puntas de dos armas afiladas que se tocan por sus extremos. Por lo tanto, **chi feng** significa que la pregunta Zen es como una daga afilada al extremo, que siempre está a punto de atravesar el corazón sin misericordia, y que, en cuanto se le hace a uno una pregunta penetrante, inmediatamente debe contestar con una respuesta igualmente acerada. Cuando se formula una pregunta Zen, no hay tiempo para el raciocinio o la búsqueda. *Una respuesta que no se da en forma instantánea, espontánea y sin esfuerzo no es aceptable para el Zen.* Por lo tanto, como las preguntas Zen suelen ser embarazosas y difíciles de contestar, cuando el estudiante no contesta de inmediato en razón de que se pone a buscar la respuesta apropiada por medio del razonamiento lógico, esta demora pone en seguida de manifiesto su carencia de comprensión íntima. Es así que, por muy correcta que parezca su respuesta, no habrá de ser aceptada por un maestro Zen capaz. Por lo tanto, la partida verbal importante es un procedimiento social elaborado hace muchos años por los maestros Zen para poner a prueba la comprensión íntima de sus discípulos. Un ser iluminado debe estar en condiciones de contestar inmediatamente cualquier pregunta sorprendente que se le haga con facilidad y sin dudas. La respuesta debe ser como un relámpago, como la chispa que surge de la piedra. No hay lugar aquí para el “cultivo”, para la “composición”.

Al llegar a este punto me gustaría traer a colación una de mis propias experiencias, con el fin de aclarar la importancia del tiempo en el estilo Zen de conversación. No hace mucho trabé conocimiento con un teólogo y nos pusimos a conversar sobre budismo, hinduismo y otras religiones. Él insistía en que todas las religiones son, en el nivel más alto, básicamente idénticas, y que las únicas diferencias son de carácter semántico. Y como ejemplo dijo que el **moksha** es llamado nirvana en el budismo, que el “estado de Buda” se llama **atman** en el hinduismo y es “la deidad” del cristianismo. “La Gran Verdad es una”, dijo. “Todas las cosas vienen de y volverán a la Gran Unidad. Esto puede decirse de distintas maneras, pero la Verdad central sigue siendo la misma”. Etc., etc. Yo no quise continuar un argumento que podía prolongarse indefinidamente, de tal modo que le repetí el antiguo dicho Zen de Chao Chou: “Si todas las cosas han de volver a lo Uno, ¿adónde habrá de volver ese Uno?” Quedó confundido y no supo darme una respuesta. Pero al día siguiente vino a verme y me dijo: “Ahora tengo la respuesta justa a su pregunta: todas las cosas han de volver a lo Uno, y este Uno habrá de volver a todas las cosas”. Yo le dije: “De acuerdo al Zen, la respuesta de usted ha llegado demasiado tarde. Hace mucho tiempo debieron darle a usted treinta azotes”. El me contestó: “Si yo le hubiera dado a usted esta respuesta ayer, no bien la pregunta fue formulada, ¿cuál habría sido su comentario?” Yo respondí: “Está bien. Sigamos la tradición Zen y hagamos la pregunta una vez más”. E inmediatamente agregué: “Si todas las cosas han de volver a lo Uno, ¿adónde habrá de volver ese Uno?” El contestó: “¡Ha de volver a todas las cosas!” A lo cual yo me limité a replicar: “¡Qué manera de perder el tiempo en tonterías!”

Mi amigo no hizo ningún otro comentario, y la discusión sobre la relación entre el budismo y las otras religiones terminó allí mismo.



Escojo aquí unas cuantas historias más con el fin de ilustrar la forma en que se utiliza la partida verbal Zen para “probar”.

A. Yung Chia, un estudioso de la escuela Tien Tai, alcanzó la iluminación leyendo el Vimalakirti Sutra sin maestro. Con el propósito de encontrar un maestro iluminado que verificara su entendimiento fue a ver al Sexto Patriarca (Hui Neng). En cuanto vio al Patriarca dio tres vueltas alrededor de éste y luego se paró frente a él, sin hacer las reverencias de rigor. Hui Neng dijo: “Se supone que un monje debe obedecer las reglas de las Tres Mil Buenas Maneras y las Ochenta Mil Conductas Gentiles. ¿De dónde proviene vuestra Reverencia, que da muestras de un orgullo tan grande?” Yung Chia contestó: “El problema de la vida y de la muerte es grande, y la fugacidad da pronto cuenta de uno”. A esto dijo Hui Neng: “¿Por qué, entonces, no penetras en la Esencia del No-nacer?<sup>5</sup> ¿No sería ése el camino más corto hacia la liberación?” Yung Chia: “La Esencia misma es No-nacer, y la liberación está más allá de *lentitud o prisa*” Hui Neng: “Sí, Tienes razón”. Entonces Yung Chia se inclinó ante el Sexto Patriarca, diciéndole adiós y preparándose a retirarse. Pero Hui Neng lo detuvo y le preguntó: “¿No te vas demasiado pronto?” Yung Chia: “No me he movido desde el principio, ¿cómo podría irme demasiado temprano o demasiado tarde?” Hui Neng: “¿Quién conoce a lo inmóvil?” Yung Chia: “El sabio sabe esto por sí mismo”. Hui Neng: “¡Ah, en verdad tú estás bien enterado del significado del No-nacer!” Yung Chia: “¿Cómo es posible que la verdad del No-nacer pueda tener algún sentido?” Hui Neng: “Si no existe el significado, ¿cómo puede ser entendido?” Yung Chia: “Entender no equivale a captar el significado”. Hui Neng: “Bien dicho, bien dicho. Ahora, por favor, quédate una noche en mi monasterio”.

Si el lector analiza cuidadosamente la anécdota citada descubrirá que en cada observación que hace el Sexto Patriarca le tiende una trampa a Yung Chia; pero Yung Chia, un iluminado, adivinó estas trampas e inmediatamente pasó de la posición de atacado a la de atacante. Por este motivo fue muy elogiado por el Sexto Patriarca.

B. Tung Shan fue a visitar a Ming Che. Ming Che le preguntó: “¿En dónde has estado últimamente?” Tung Shan contestó: “En la provincia de Hu Nan”. Ming Che: “¿Cómo se llama el gobernador de esa región?” Tung Shan: “No lo sé”. Ming Che: “¿Cuál es su primer nombre, entonces?” Tung Shan: “Tampoco conozco su primer nombre”. Ming Che: “¿No se ocupa de su oficina, entonces?” Tung Shan: “Tiene muchos subalternos que hacen su trabajo”. Ming Che: “¿Nunca entra a su oficina o sale de ella?” Tung Shan no contestó nada y se alejó. Al día siguiente, Ming Che le dijo: “Ayer no contestaste a mi pregunta. Si hoy puedes decirme algo satisfactorio, te invitaré a comer”. Tung Shan contestó: “El gobernador es demasiado digno para dejar su oficina”. Ming Che quedó satisfecho de la respuesta y preparó una comida para Tung Shan.

Exteriormente, la conversación entre los dos es sencilla y clara. Al parecer carece de mucho sentido. Pero, en realidad, cada observación hecha tiene un sentido doble, que alude a la verdad del Zen. La historia muestra cómo los budistas Zen tienen el hábito de probarse los unos a los otros diariamente en simples conversaciones. Son naturalmente expertos en el arte Zen de la polémica verbal. Siempre que encuentran ocasión, practican el juego. No es menester decir que el participante en la polémica Zen debe conocer el juego con el fin de estar en condiciones de responder a su contrincante. Un extraño no percibiría el sentido, o se sentiría confundido.

La “prueba del comportamiento” se realiza a menudo por medio de maniobras extremistas y sorprendentes, como se muestra en las siguientes anécdotas:

---

<sup>5</sup> No-nacimiento (en chino: wu sheng). La expresión es una traducción literal del sánscrito ajata, pero esta traducción literal puede confundir a quienes no comprenden que se refiere al aspecto no-existente del ser. Una traducción más seria “que no surge”, “que no existe”, pues todo lo “existente” tiene que haber nacido.

A. Un monje fue a visitar a Te Shan, quien le cerró la puerta en las narices. El monje golpeó la puerta y Te Shan preguntó: “¿Quién es?” El monje contestó: “El cachorro de león”. Entonces Te Shan abrió la puerta y saltó a babuchas sobre el pescuezo del monje, mientras gritaba: “¡Animal! ¿Adónde irás ahora?” El monje no contestó nada.

El término “cachorro de león” es empleado por budistas Zen para designar a un discípulo que es capaz de entender la verdad Zen: cuando los Maestros alaban el entendimiento de un discípulo, o quieren probarlo, se suele emplear este término. En este caso, el monje se llama a sí mismo, presuntuosamente, “el cachorro de león”, pero cuando Te Shan lo prueba, tratándolo como un verdadero cachorro de león *-cuando se trepa a su pescuezo y le hace una pregunta-* entonces el monje no sabe contestar. Esto es la prueba de que el monje carecía del auténtico entendimiento que pretendía poseer.

B. Chao Chou trabajaba en una ocasión como cocinero de un monasterio. Una vez trancó la puerta de la cocina desde adentro y encendió el fuego. Al poco tiempo el cuarto se llenó de humo y de llamas. Después gritó: “¡Fuego! ¡Fuego! ¡Socorro! ¡Socorro!” Todos los monjes del monasterio se congregaron inmediatamente, pero no pudieron entrar porque la puerta estaba cerrada. Chao Chou dijo: “Decid la palabra justa y entonces abriré la puerta. De otra manera, no”. Nadie supo encontrar una respuesta. Entonces el maestro Pu Yuan le alcanzó a Chao Chou un candado a través de la ventana. Chao Chou abrió la puerta.

Como ninguno de los monjes del monasterio pudo dar una respuesta adecuada ante la sorprendente conducta de Chao Chou, su carencia de comprensión interior quedó al descubierto. Pero el punto aquí es: ¿qué debieron haber dicho los monjes a Chao Chou? ¿Cuál era la respuesta “correcta” a su pregunta? Una de las soluciones propuestas para este koan es la siguiente:

Los monjes podrían haberle dicho a Chao Chou: “Contesta primero la siguiente pregunta y, luego, contestaremos a la tuya: ¿quién puede desatar un nudo del collar de un tigre?” Chao Chou responde: “La persona que antes le puso el collar”. Entonces los monjes dicen: “Ya has contestado tú mismo a tu tonta pregunta. Ahora ¡abre la puerta!”

C. Cierta día Teng Yin Feng se puso a arrastrar una carretilla por un camino angosto, en medio del cual estaba sentado Ma Tsu con una de las piernas extendidas, cerrando así el paso a la carretilla. Teng Yin Feng dijo: “Maestro, por favor retira la pierna”. Ma Tsu contestó: “Ya he extendido la pierna de modo que no puede haber retracción”. Teng Yin Feng dijo entonces: “Yo ya empujé hacia adelante mi carretilla, de modo que tampoco puede haber retracción”. Diciendo esto cruzó con la carretilla sobre la pierna de Ma Tsu y la dañó. Más tarde, cuando volvieron a encontrarse en el salón de meditación del templo, Ma Tsu, que tenía una enorme hacha en la mano, la levantó y dijo: “El que hirió hoy mi pierna, que se adelante”. Teng Yin Feng se acercó a Ma Tsu y puso el cuello bajo el hacha, como pronto a recibir el golpe. Ma Tsu bajó entonces el hacha.

Esta historia refleja el valor y la sinceridad del Zen. Además, estos actos simbólicos y el atrevido espíritu que muestran no deben considerarse como un comportamiento irreflexivo o como un exhibicionismo. Aunque han chocado a muchas personas de buen corazón, demuestran cuán distinta es la tradición Zen a cualquier otra enseñanza budista. Esta historia demuestra que Teng Yin Feng había pasado la prueba impuesta por su maestro y había demostrado ser un discípulo digno; Ma Tsu se muestra como un verdadero maestro del Zen.

## **EL CENTRO DEL ZEN: ESTUDIOS SOBRE LOS TRES PRINCIPALES ASPECTOS DE LA MENTE**

Las historias referidas nos dan una visión de algunas facetas importantes y desusadas del Zen. Pero todavía debemos analizar brevemente los principios básicos detrás de la enseñanza; que no puede ser entendida intelectualmente sin alguna preparación en la filosofía Mahayana en general, y sin un adecuado conocimiento de la filosofía Hua Yen en particular.<sup>6</sup>

En China el **Ch'an** (budismo Zen) es también conocido como **hsing tsung**, es decir, Doctrina Mental, o “enseñanza de la mente”. Este término es quizás el que mejor resume todo lo que representa el Zen, porque enseña la manera de una total realización de la mente. Iluminación es meramente otro nombre para el completo desarrollo de la mente “interior”. Fuera del profundo y amplio dominio de la Mente no hay nada que deba ser iluminado. Así, la sola finalidad del Zen es permitirnos entender, realizar y perfeccionar nuestra propia mente. La Mente es la materia y la clave de los estudios Zen.

El budismo y la psicología moderna nos dicen que la mente tiene muchos “aspectos y estratos”, algunos de los cuales son de especial interés para la psicología, otros para la psicología y la religión. Pero el Zen no se interesa en estos distintos “terrenos”, sino en penetrar en la Esencia, en el centro mismo de la mente, porque sostiene que, una vez que se ha llegado a este centro, todo lo demás es relativamente insignificante y claro como el cristal.

Antes de describir este “centro interior” veamos lo que dice el budismo sobre los “rasgos” generales de la mente. Según muchos sabios budistas, la manera más simple y explícita de delinear “la estructura de la mente” es describirla como si tuviera tres aspectos, o capas. El primer aspecto, o capa “exterior” es la faceta manifestante y activa (**yung** en chino). Esto incluye las funciones activas mentales (de las Ocho Conciencias)<sup>7</sup>, tanto ascética como emocional, abstracta como simbólica, como el amor, el odio, el deseo, la razón, la fantasía, la memoria y demás. Este es el aspecto obvio, del cual todo ser humano tiene una experiencia directa. Ha sido el estudio primario en el terreno general de la psicología, pero es un asunto en el cual el Zen se interesa poco.

El segundo aspecto o capa “interior” de la mente es llamado en chino **hsiang**; lo que significa “forma” o “naturaleza”. Exactamente, ¿qué es la naturaleza de la mente? Para decirlo brevemente, la naturaleza de la

---

<sup>6</sup> La frase china hua yen significa “ornamento floral” o “bella guirnalda” y alude al título de una importante escritura del Mahayana, llamada Hua Yen Chin o el Sutra de la Guirnalda (en sánscrito: Avatamsaka Sutra). Como este sistema de filosofía se basa en el Sutra de la Guirnalda, ha sido llamado “La filosofía de Hua Yen”. Esta filosofía fue formulada por el fundador de la Escuela Hua Yen, el maestro Tu Hsun de la dinastía Tang, y se considera uno de los grandes logros de la intelectualidad china budista. Por el momento no existe ninguna traducción a los idiomas europeos del Sutra de la Guirnalda, ni de los comentarios consiguientes. El autor piensa que, a menos que se estudien los textos de este Sutra, es difícil comprender el espíritu y la filosofía del Mahayana en sus aspectos más elevados y en su sentido más profundo. El Sutra Hua Yen es, según el proverbio chino budista, “el rey de todos los sutras”. Confiamos en que este Sutra supremo, junto con sus comentarios, sea traducido pronto al idioma inglés. Por el momento, el lector puede consultar el excelente libro de D. T. Suzuki, *La esencia del budismo*, en el cual se exponen algunos de los principios fundamentales de la filosofía Hua Yen. En general, la filosofía Hua Yen es la filosofía de la totalidad, consiste en la elucidación del reino insondable del estado Buda y el espíritu y la comprensión profunda de los bodhisattvas -los hombres que tratan de alcanzar la iluminación con el fin de salvar a los seres sensibles-.

<sup>7</sup> Las Ocho Conciencias. Según la filosofía yogachara (idealismo budista) la conciencia que posee todo ser sensible tiene ocho aspectos funcionales que se designan como “las Ocho Conciencias”. De éstas, las cinco primeras son la Conciencia del Ojo, del Oído, de la Nariz, de la Lengua y del Cuerpo. La sexta es llamada “la Conciencia del Discrimen”, la séptima “la Conciencia del Pensamiento Constante” o “yo”, y la octava Alaya, o “el depósito de la Conciencia”

mente es la conciencia de sí mismo. Ser consciente de sí mismo significa ser consciente de los resultados del juego de la conciencia, o ser consciente de las impresiones recibidas o de las imágenes capturadas por la conciencia. Ser consciente de este juego es una experiencia pura absoluta, en la que no hay sujeto “conocedor” ni objeto “conocido”, ya que el conocedor y lo conocido se han unido en una entidad de “puro sentimiento”. En este “puro sentimiento” no hay lugar para la dicotomía del dualismo. La pura conciencia de sí mismo es intrínseca y experimentalmente no dualística, como los sabios budistas y de otras religiones han testimoniado a través de los siglos. La conciencia de sí mismo (la naturaleza de la mente) no es la función del conocimiento, sino ese mismo conocimiento en su más intrínseca forma. Cuando uno descubre esta conciencia de sí mismo, todo su ser cambia. Cuando se realiza cualquier actividad, se siente que se trasciende esta actividad; se camina y se habla, pero se siente que este andar y charlar ya no es como antes... ahora se marcha con la mente abierta. Realmente sabe que es él quien camina; el director *-él mismo-* está sentado en el centro de su mente, controlando todas sus acciones con espontaneidad. Camina con una clara conciencia y con el espíritu iluminado. En otras palabras, el hombre que realiza la conciencia de sí mismo siente que ya no es el siervo obediente de un impulso ciego, sino que es su propio amo. Siente entonces que la gente común, ciega ante su conciencia innata y clara, recorre las calles como cadáveres vivientes.

Si esta conciencia de sí mismo puede ser retenida y cultivada, se llegará a experimentar el aspecto iluminado de la mente, llamado por muchos místicos Conciencia Pura. Cuando esta conciencia iluminada es cultivada en toda su extensión, se ve claramente que abarca todo el universo. Muchos místicos y budistas equivocadamente han considerado esto el estado más alto..., el estado de nirvana, o estadio final de la unificación con lo Universal o Conciencia “Cósmica”. Pero, según el Zen, este estado está todavía al borde del samsara. Los yoguis que han llegado a este estado siguen ofuscados por la idea monista, profundamente arraigada, son incapaces de cortar el cordón umbilical de la adherencia sutil a las cosas y de librarse para llegar a la “otra orilla” de la libertad perfecta. Así aunque la conciencia de sí mismo, o su forma cultivada *-la conciencia iluminada-* es una clave para todas las realizaciones internas, básica y cualitativamente es, todavía, una “adherencia”. La iluminación budista no se consigue manteniendo o aumentando la conciencia de sí mismo. Por el contrario: se consigue desatando cualquier vínculo que nos ate a esta conciencia iluminada; sólo trascendiéndola se puede llegar al centro mismo de la Mente..., al perfecto Vacío, iluminador, libre y enteramente insustancial. Este carácter iluminador del Vacío, un vacío dinámico, es la esencia (Ti en chino) de la mente.

Lo importante es que, cuando se menciona la palabra “Esencia”, la gente piensa en seguida en algo esencialmente concreto; y cuando se menciona la palabra “vacío”, en una “nada” muerta y estática. Pero ambos conceptos pierden el sentido de la palabra china ti (Esencia), y de la palabra sánscrita Sunyata (Vaciedad), y exponen la limitación del pensamiento humano, finito y unilateral. La forma común de pensar consiste en aceptar la idea de que algo existe o no existe, pero nunca en que es ambas cosas, existente y no existente al mismo tiempo. A es A o no A, pero nunca es, a la vez, A y no A. Del mismo modo, el veredicto del sentido común sobre el vacío frente a la existencia es: “El vacío es la no existencia, y la existencia no es el vacío”. Esta forma de razonar, considerada correcta y razonable, es defendida por los lógicos como el **sine qua non** y aceptada por el sentido común con fines prácticos. Pero el budismo no sigue invariablemente este sine qua non, especialmente cuando trata la verdad de Sunyata. Dice: “La Forma no difiere del Vacío, y el Vacío no difiere de la Forma: la Forma es Vacío y el Vacío es Forma”. El budismo dice también que es debido al vacío que las cosas existen y que, por el mismo hecho de que las cosas existen, deben ser el vacío. Recalca que el Vacío y la existencia son complementarios entre sí, y que no se oponen: se incluyen y se abrazan, más bien que excluirse o negarse. Cuando los seres de sensibilidad normal ven un objeto, ven sólo su aspecto existente, o su aspecto vacío. Pero un ser iluminado ve ambos aspectos al mismo tiempo. Esta no distinción, o “unificación” como le llama alguna gente, del Vacío y la existencia, es la llamada Doctrina No Discriminativa del Camino Medio del Budismo Mahayana. Por lo tanto, el Vacío es entendido en el budismo, no como algo negativo, ni significa ausencia o extinción. El

vacío es sencillamente un término que denota la naturaleza no sustancial y no personal de los seres, y una señal de indicación del estado de absoluto desprendimiento y libertad.

El Vacío no es fácil de explicar. No es definible o descriptible. Como ha dicho el maestro Zen, Muai Jang: “Cualquier cosa que dijera pasaría por alto lo esencial”. El Vacío no puede describirse o expresarse en palabras. Esto se debe a que el lenguaje humano ha sido creado principalmente para designar cosas y sentimientos existentes: no es adecuado para expresar las cosas y los sentimientos no existentes. Tratar de discutir el Vacío dentro de los límites de una lengua limitada por las formas de la existencia es tonto y equivocado. Por eso los maestros Zen gritan, lloran, patean y golpean. Pues, ¿qué otra cosa pueden hacer para expresar directamente este indescriptible vacío, sin recurrir a las palabras?

La enseñanza budista sobre el Vacío es comprensiva y profunda, y requiere mucho estudio antes de ser entendida. Este estudio preliminar es indispensable para entender el Zen.

Volviendo a nuestro tema original, la Esencia, o el centro más profundo de la mente, debemos procurar definirlo precisamente. La Esencia es el vacío Iluminador, como Tal. Un budista Zen iluminado, no sólo conoce el aspecto iluminado de la conciencia, sino que, más importante aún, conoce el aspecto vacío de la mente. La Iluminación con atadura es descrita por el Zen como “agua muerta”, pero “la Iluminación sin atadura o Vacío Iluminador” es elogiada como “la gran vida”. Las frases<sup>8</sup> escritas por Shen Hsiu para demostrar su entendimiento del Zen al Quinto Patriarca, demuestran que él conocía sólo el aspecto iluminador y no vacío de la mente. Cuando su “conciencia, bruñida como un espejo” se enfrentó con el “Desde el principio nada existió” de Hui Neng, se convirtió en algo tan insignificante que perdió en el concurso por el título de “Sexto Patriarca del Zen”. El “Desde el principio nada existió” de Hui Neng, expresa indudablemente la Esencia de la Mente, y también el centro más profundo del Zen. A causa de este profundo entendimiento Hui Neng ganó el título de Sexto Patriarca.

Hay dos historias interesantes que explican la importancia de comprender la naturaleza vacía de la propia mente.

A. Un día un ángel, que volvía volando al cielo vio debajo de él una selva lujuriosa, envuelta en un grande y resplandeciente halo de luz. Como había atravesado el cielo muchas veces, naturalmente había visto innumerables lagos, montañas y selvas, pero nunca les había prestado mucha atención. Ese día notó algo diferente: una selva rodeada por un aura radiante, de donde surgían rayos de luz hacia todas las partes del firmamento. Se dijo: “¡Ah! debe haber algún ser iluminado en este bosque. Bajaré y veré quién es”.

Al descender, el ángel vio a un Bodhisattva tranquilamente sentado bajo un árbol, absorto en una profunda meditación. Entonces se dijo: “Veamos qué meditación practica”. Y el ángel abrió sus ojos celestiales para ver qué objeto o idea había enfocado la mente de aquel yogui. Los ángeles generalmente pueden leer la mente de los yoguis, pero esta vez, ante su sorpresa, el ángel no encontró nada. Giró y giró alrededor del yogui, y finalmente él mismo entró en samadhi, pero siguió sin encontrar nada en la mente del Bodhisattva. Por último el ángel se transformó en un ser humano, rodeó tres veces al yogui, se prosternó ante él y dijo:

---

<sup>8</sup> La estrofa de Shen Hsiu al Quinto Patriarca era:

Este cuerpo es el árbol bodhi,  
esta mente es como un espejo bruñido;  
ten cuidado de mantenerlos siempre limpios  
y no dejes que se deposite polvo en ellos.

Una versión completa del episodio puede leerse en la Buddhist Bible, de Goddard.

-Rindo honores al Auspicioso;  
 te rindo homenaje,  
 ¡Oh, Señor de todos los seres que sienten!  
 Despierta, vuelve del samadhi,  
 y dime qué estabas meditando.  
 Todos mis poderes milagrosos están exhaustos,  
 y aún no he podido descubrir  
 qué hay en tu mente.

El yogui sonrió. Otra vez, el ángel exclamó:  
 -Te rindo homenaje. ¿En qué meditabas?  
 El yogui siguió sonriendo y guardó silencio.

B. Hui Chung, que fue maestro del Zen del emperador Su Tsung de la dinastía Tang, era muy respetado por el emperador, al igual que por todos los budistas Zen de China. Un día, un famoso monje indio, llamado “Gran Oreja Tripitaka”, llegó a la capital. Se decía que este monje podía leer las mentes de otras personas sin la menor dificultad o vacilación.

El emperador estaba enterado de estos dones, y el monje indio fue llamado al palacio real para demostrar sus poderes ante el maestro Hui Chung.

Ante la corte y el pueblo reunidos, Hui Chung preguntó a Gran Oreja Tripitaka: ¿realmente tienes el poder de leer la mente de los otros? -Sí, vuestra Reverencia, lo tengo -fue la respuesta, y entonces hubo el siguiente diálogo:

Hui Chung: -Dime, entonces, ¿adónde va mi mente ahora?

Gran Oreja Tripitaka: -Vuestra Reverencia es el Maestro Zen de una nación: ¿cómo podrías ir a Ssu Chuan a ver las carreras de barcos?

Hui Chung: -Dime, ahora: ¿adónde va mi mente?

Gran Oreja Tripitaka: -Vuestra Reverencia es el maestro Zen de una nación: ¿cómo podrías ir al puente de Tien Ching a mirar jugar a los monos?

Después de un momento de silencio, Hui Chung preguntó:

-Ahora: ¿adónde va mi mente?

Esta vez Gran Oreja Tripitaka se concentró con gran esfuerzo por largo tiempo, pero no pudo encontrar en ninguna parte un solo pensamiento del maestro Zen (y tuvo que reconocer su fracaso).

Entonces Hui Chung dijo:

-Oh, espectro de zorro salvaje, ¿adónde está ahora tu poder telepático?

Antes de terminar esta discusión sobre “los tres aspectos de la mente”, quiero dejar claro un punto. Esta división de la mente en tres “aspectos” o “capas” no debe ser tomada demasiado literalmente, porque, de hecho, esas “capas” o “aspectos” no existen. La Mente es un gran Todo, sin partes o divisiones. Las características manifestantes, iluminadoras y no sustanciales de la mente existen simultánea y constantemente..., son inseparables e indivisibles en su totalidad. Es sólo para dar al maestro una comprensión más clara del asunto que estos tres “aspectos” han sido mencionados.

## **CUATRO PUNTOS VITALES DEL BUDISMO ZEN**

Muchos errores de concepto sobre el Zen han surgido en Occidente en relación a varios puntos dados por sabidos en Oriente, pero que no son entendidos ni apreciados por la mente occidental. Primero, en el estudio del Zen, es importante aprender no sólo la enseñanza misma, sino también conocer la forma de vida seguida por los estudiantes Zen en los países orientales. Aplicado íntimamente, el Zen es una “experiencia”, una “realización”, o una enseñanza que nos lleva a tales estados; pero exteriormente el Zen es principalmente una tradición y una manera de vivir. Así, para entender bien el Zen, tenemos que estudiar no sólo su doctrina, sino también su forma de vida. Por lo menos un conocimiento superficial con la vida de los monjes Zen será muy valioso para un mejor entendimiento del Zen.

Cuando leemos los koans Zen, con frecuencia encontramos que un monje fue inmediatamente iluminado después de oír alguna frase, o de recibir un golpe de su maestro. Por ejemplo, cuando Chao Chou oyó decir a Nan Chuan: “El Tao no es asunto de conocer o no conocer...”, inmediatamente quedó iluminado; cuando Hung Chou fue pateado por Ma Tsu, inmediatamente fue iluminado, y así prosigue la serie. Esto puede dar la sensación de que la “Iluminación” es muy fácil de obtener. Pero estos pequeños koans, que con frecuencia no cuentan más de cien palabras, son simplemente una fracción de toda la historia. Los orígenes de los protagonistas, raras veces fueron descritos por los monjes Zen que primero escribieron los koans, porque no creyeron necesario mencionar este origen común a gente educada en la tradición Zen y que la conocía claramente. Los monjes creyeron que nadie cometería la tontería de considerar la “Iluminación” como algo que se consigue al oír una frase como “una rama de árbol seco”, por recibir una patada o un golpe, sin poseer antes la “preparación” o la madurez mental. Así, es evidente que sólo cuando el estado mental de un estudiante ha llegado a la madurez, puede beneficiarse por los gritos, los golpes, las patadas o los llantos del maestro. Ellos sabían que no era fácil llegar a esta madurez mental. Se conseguía con lágrimas y sudor, tras muchos años de práctica y de duro trabajo. Los estudiantes debían tener esto en la mente y recordar que la mayoría de los koans Zen que conocían eran sólo los puntos culminantes de un drama, y no el drama entero. Estos koans narran la caída de manzanas “maduras”, pero no las biografías de esas manzanas, cuyas historias son largos cuentos de deleites y dolores, placeres y angustias, luchas y amargas pruebas. El maestro Zen sacude el manzano y los frutos inmaduros caen; pero, en las ramas agitadas, seguirán todavía los frutos no maduros.

También debemos recordar que la mayoría de los estudiantes Zen en Oriente son monjes que han dedicado sus vidas al trabajo del Zen. Tienen sólo una finalidad: conseguir la Iluminación; tienen sólo un punto de mira en sus vidas: practicar el Zen; llevan una vida simple, monástica; y sólo hay una manera por medio de la cual aprenden el Zen: viviendo y practicando con sus maestros por un largo período. En estas circunstancias ven el Zen, oyen el Zen, prueban el Zen, y hasta huelen el Zen todo el tiempo. Antes de convertirse en “graduados” del Zen, han vivido como “aprendices” por muchos años con sus profesores. Han tenido mucho tiempo y oportunidad de hacer preguntas y de recibir instrucciones directamente de los maestros. ¿Cómo puede dejarse de aprender el Zen, cuando se pasa casi toda la vida bajo esas condiciones ideales? Además, estos monjes estudiantes pueden viajar a voluntad para visitar a uno y otro maestro, hasta que encuentran al que pueda ayudarlos más. El celebrado maestro Zen, Chao Chou, viajó hasta los ochenta años a varios lugares para aprender más Zen. Por otro lado, Hui Chung, el maestro nacional de la dinastía Tang, permaneció cuarenta años en una ermita en la montaña. Chang Chin meditó veinte años, gastando así siete asientos de meditación. Estos son ejemplos concretos de vidas Zen. Estos maestros no eran tontos: conocían toda la algarabía referente al “aquí y ahora”, “la mente ordinaria” y “la iluminación brusca”. Sin embargo siguieron trabajando duramente en el Zen toda su vida. ¿Por qué? Porque sabían, por experiencia directa, que el Zen es como un vasto océano, un tesoro inextinguible lleno de riquezas y maravillas. Podemos ver este tesoro, tender hacia él, hasta apoderarnos de él y, sin embargo, no utilizarlo ni disfrutarlo enteramente. Generalmente toma mucho tiempo aprender a utilizar adecuadamente una

enorme herencia, aunque estemos en posesión de ella desde hace tiempo. Esto también se aplica al trabajo del Zen. El Zen sólo empieza en el momento en que por primera vez se llega al satori; antes, sencillamente, estamos fuera y miramos al Zen intelectualmente. En un sentido más profundo el satori es sólo el principio, y no el fin del Zen. Esto se ve claramente en los discursos del maestro Zen, Po Shan y la discusión sobre la “Iluminación Zen” en los capítulos II y III.

También hay otra importante faceta del Zen, que no ha sido bien explicada en Occidente. En el estudio del Zen es aconsejable conocer dos términos chinos frecuentemente empleados por los budistas Zen: **chien** y **hsing**. Utilizado como verbo, **chien** significa “ver”, o “mirar”; utilizado como sustantivo significa “la vista”, “el entendimiento”, o “la observación”. **Hsing** significa “la práctica”, “la acción”, “el trabajo”. También puede usarse como verbo o como sustantivo. **Chien**, en su sentido más amplio, significa todo el entendimiento de la enseñanza budista; pero, en el Zen, no sólo denota el entendimiento de los principios y de la verdad Zen, sino que también implica la visión despierta que surge de la experiencia “WU” (Satori). **Chien** en este sentido puede entenderse como “realidad vista” o “una visión de la realidad”. Pero, aunque signifique ver la realidad, no implica la “posesión” o el “dominio” de la realidad. Un proverbio Zen dice: “La realidad (**li** en chino) puede verse de manera brusca, pero la materia (**shih** en chino) debe cultivarse paso a paso”. En otras palabras, tras haber llegado al Satori, hay que cultivarlo hasta llevarlo a su entera madurez, hasta que haya conquistado gran poder y flexibilidad (en chino **ta chi ta yung**)<sup>9</sup>. Este cultivo después del Satori, junto con la lucha y la búsqueda de antes del Satori, es lo que los budistas Zen llaman **Hsing**, “la práctica” o “el trabajo”. El maestro Zen Yuan Chin dice: “Todo el trabajo Zen que podemos realizar en una vida puede reducirse a los siguientes diez pasos, que pueden usarse como medida para conocer nuestra realización, o lo que hemos logrado”. Los diez pasos sucesivos son<sup>10</sup>.

1. Un estudiante Zen debe creer que hay una enseñanza: (Zen) transmitida fuera de la doctrina general budista.
2. Debe tener un conocimiento definido de esta enseñanza.
3. Debe entender por qué el ser sensible y el ser insensible pueden predicar el Dharma.
4. Debe ser capaz de ver la “Esencia” (realidad) como algo vívido y claro, que está en la palma de su mano; y su paso debe ser siempre firme y continuo.
5. Debe tener el “Ojo de Dharma” que distingue.
6. Debe caminar por “El sendero de los pájaros” y “El camino del más allá” (“Camino del Asombro”).
7. Debe ser capaz de desempeñar el papel positivo y el papel negativo en el drama Zen.
8. Debe destruir todas las enseñanzas heréticas y equivocadas, y señalar las justas.

---

<sup>9</sup> Ta chi ta yung. Esta frase Zen es difícil de traducir. Ta significa “grande” y chi designa el “punto crítico, momento o acontecimiento”. Chi también puede significar “astucia”, “destreza” u “oportunidad” cuando se combina con otras palabras como chi chiao o chi hui. Ta chi significa, pues, “gran oportunidad”, “gran astucia”, “flexibilidad” o “crisis” e implica que el maestro Zen sabe instruir a sus discípulos en circunstancias diversas, con gran destreza y flexibilidad. Cuando ta yung, que significa. “gran poder y capacidad”, se combina con ta chi, la frase se vuelve más expresiva y más vigorosa.

<sup>10</sup> Las Diez Etapas Sucesivas de la práctica del Zen tienen una importancia considerable, pero algunas de ellas son muy enigmáticas, en especial los puntos 3 y 6. Comentarios detallados al respecto están fuera de lugar en esta obra. Sin embargo, puede intentarse la siguiente explicación de los puntos 3, 5 y 6:

Punto 3. Cuando se alcanza el estado de satori, se experimenta el Todo, y el Todo está abarcado por y es idéntico al gran Tao. Tanto los seres sensibles como los insensibles están vivos dentro de este “Gran Todo”. Es así que hasta los seres no sensibles son capaces de predicar el dharma.

Punto 5. El “ojo de dharma” discriminativo implica la capacidad de hacer distinguos exactos y justas valoraciones de las enseñanzas y de todas las cosas.

Punto 6. El significado de este punto es muy oscuro. El traductor supone que “El camino de los Pájaros” y el “Camino de Más Allá”, o “Camino del Asombro”, alude a que los yoguis adelantados deben vivir cierto tiempo en soledad, con el fin de madurar su captación del Zen.



9. Debe adquirir gran poder y flexibilidad.
10. Debe entrar en la acción y en la práctica por diferentes caminos de la vida.

Así, el trabajo Zen consiste en dos aspectos principales, la “Visión” y la “Acción” y ambos son indispensables. Un proverbio Zen dice: “Para tener una visión hay que subir hasta lo más alto de una montaña y mirar desde allí; para iniciar el viaje (del Zen) hay que bajar hasta el fondo del mar, y empezar a caminar desde allí”. Aunque el edificio del Zen está sostenido por los dos pilares de la “Visión” y la “Acción”, la enseñanza Zen pone especial énfasis en el primero. Esto está reconocido por el gran maestro. I Shan, quien dijo: “Tu visión y no tu acción es lo que me importa”. Es por esto que los maestros Zen ponen todo el énfasis en el Satori y concentran sus esfuerzos en llevar directamente sus discípulos a él. Siendo una enseñanza práctica y directa, el Zen tiende a hacer a un lado todos los asuntos secundarios y las discusiones y a señalar directamente el **chien**, la vista o visión de la Realidad. Esto se demuestra en toda la tradición Zen. El acento en la “Visión” se recalca en numerosos koans Zen y en los dichos Zen. Quizás el más notable sea el comentario del maestro Pai Chang: “Si el discípulo tiene una visión igual a la del maestro, podrá, como mucho, realizar la mitad de lo que el maestro ha realizado. Sólo cuando el discípulo tiene una visión que sobrepasa a la del maestro, merece la Instrucción”.

Mientras tengamos esta visión dentro de nosotros mismos, estamos en el Zen: acarrear leña, buscar agua, dormir, caminar..., todas estas actividades diarias se han convertido en la milagrosa acción del Zen. Así, la mente simple y ordinaria es la mente del Buda; “Aquí y ahora” es el paraíso de la Tierra Pura; sin llegar al **Trikaya**<sup>11</sup> del budismo, se es igual a Buda. Porque el budista Zen despierto contiene la Esencia de Dios -*el corazón de Buda*- en su mano. Con este incalculable tesoro en su poder: ¿qué más necesita? Es por esto que el notable budista Zen, Pang Wen, dice: “Acarrear leña y llevar agua son cosas milagrosas, y yo y todos los Budas en las Tres Veces respiramos por un solo agujero de la nariz”. Esta Visión altamente espiritual y atrevida es el verdadero pináculo del Zen.

El espíritu, como la tradición Zen, se refleja enteramente con toda su Fuerza en el **chien** más bien que en el **hsing**. Así, aunque Satori no es más que el comienzo, es, sin embargo, la esencia del Zen. No es todo el Zen, pero es su corazón.

Finalmente, el Zen tiene un lado místico y sobrenatural que es parte esencial de su naturaleza. Sin esto, no podría ser la religión que es básicamente, y perdería su posición como el actor más caprichoso en el drama budista. Las cinco historias que siguen ilustran la manera Zen de obrar milagros, y su manera cínica de burlarse de ellos.

A. El maestro Zen, Yin Feng, del período Yuan Ho, de la dinastía Tang, tenía la costumbre de quedarse en el monte Heng, en la provincia de Hu Nan, en el centro de China del Sur, durante el invierno; y se quedaba en el monte Ching Liang en la provincia de Shan Hsi, China del Norte, en el verano. Un verano estalló una revolución cuando él llegó a Huai Ssu, en camino al monte Wu Tai (otro nombre del monte Ching Liang). El general rebelde Wu Uan Chi, y sus soldados, combatían al ejército nacional. La batalla proseguía sin que ninguna de las partes sacara ventaja. El maestro Yin Feng se dijo entonces: “Creo que iré al frente e intentaré reconciliarlos”. Diciendo esto tiró sus cosas al cielo y, cabalgando sobre ellas, llegó perfectamente al campo de batalla. Los soldados de ambas partes, sorprendidos al ver a un hombre volando, dejaron de pelear. Sus odios y mala voluntad fueron así pacificados y, como resultado, terminó la batalla.

---

<sup>11</sup> Trikaya. Los tres cuerpos de Buda. Son el dharmakaya, el sambhogakaya y el nirmanakaya. El dharmakaya es la naturaleza propia de Buda. Y el sambhogakaya y el nirmanakaya son manifestaciones de él. El dharmakaya es el aspecto vacío y abstracto, mientras que el sambhogakaya y el nirmanakaya son los aspectos dinámicos.

Tras realizar este milagro, Yin Feng tuvo miedo de que la gente creyera en desinteligencias y, así, se dirigió a la Caverna del Diamante del monte Wu Tai, y decidió dejar este mundo. Dijo a los monjes de allí: “En muchas ocasiones he visto morir a monjes, cuando estaban echados o sentados: ¿ha visto alguno de ustedes a un monje que muriera cabeza para abajo?” Los monjes replicaron: “Nunca lo hemos visto”. Yin Feng declaró entonces: “En tal caso moriré cabeza para abajo”. Diciendo esto puso la cabeza en el suelo e irguió las piernas hacia el cielo, se balanceó en aquella posición y murió. El cuerpo permaneció tieso, con las ropas pegadas, y nada cayó.

Los monjes conferenciaron entonces sobre aquel molesto cadáver y, finalmente, decidieron cremarlo. La noticia corrió como el relámpago, y la gente de cerca y de lejos vino a ver aquel espectáculo único, todos atónitos ante el milagro. Pero el problema de llevar el cadáver para su cremación seguía sin resolverse, porque nadie podía mover el cadáver.

Entretanto la hermana de Yin Feng, que era monja, pasó por allí. Viendo la confusión se abrió camino entre la gente, se acercó al cadáver y gritó: “¡Eh, hermano, canallita inútil, cuando estabas vivo nunca supiste comportarte, y ahora ni siquiera mueres decentemente y tratas de sorprender a la gente con todas esas tretas!” Al decir esto abofeteó el cadáver y le dio un empujoncito, e inmediatamente el cadáver cayó al suelo. (A partir de entonces no hubo dificultades para el funeral.)

B. Tao Tsung era maestro del famoso profesor Zen Yun bien. Fue él quien abrió la mente de Yun Men hiriéndolo en la pierna. Después Tao Tsung regresó a su país natal de Mu Chow, porque su madre era muy vieja y necesitaba de alguien que la mantuviera. Desde entonces vivió con su madre, y se ganaba la vida haciendo sandalias de paja.

En esta época estalló una gran rebelión, dirigida por un hombre llamado Huang Tsao. Cuando el ejército rebelde se acercaba a Mu Chow, Tao Tsung fue a la puerta de la ciudad y colgó en ella una gran sandalia. Cuando el ejército de Huang Tsao llegó a la puerta de la ciudad, no pudieron abrirla por muchos esfuerzos que hicieron. Huang Tsao dijo resignado a sus hombres: “En esta ciudad vive un gran sabio; es mejor que la dejemos en paz”. Diciendo esto retiró su ejército y la ciudad de Mu Chow no fue saqueada.

C. El maestro Zen Pu Hua había sido ayudante de Lin Chi. Un día decidió que había llegado el momento de morir y, entonces se dirigió al mercado y pidió a la gente que le dieran por caridad un vestido. Pero, cuando algunas personas le ofrecieron el vestido, y otras ropas, él las rehusó. Otros le ofrecieron una manta y una frazada, y él también las rehusó, y siguió marchando con el bastón en la mano. Cuando Lin Chi oyó esto, persuadió a algunas personas que dieran a Pu Hua un ataúd. Así, ofrecieron un ataúd a Pu Hua. El sonrió y dijo a los donadores: “Este individuo, Lin Chi, es realmente malo y charlatán”. Después aceptó el ataúd y anunció a la gente: “Mañana saldré de la ciudad por la puerta del este y moriré en algún rincón de los suburbios del este”. Al día siguiente mucha gente de la ciudad, llevando el ataúd, lo escoltó hasta la puerta del este. Pero súbitamente él se detuvo y exclamó: “Oh, no, no. Según la geomancia, este día no es auspicioso. Es mejor que muera mañana en un suburbio del sur”. Así, al día siguiente, todos se encaminaron a la puerta del sur. Pero Pu Hua cambió otra vez de idea, y dijo a la gente que prefería morir al día siguiente, en el suburbio del oeste. Mucha menos gente fue a escoltarle al día siguiente. Y nuevamente Pu Hua cambió de idea, diciendo que postergaba un día más su partida del mundo, y que, entonces, moriría en el suburbio del norte. Para entonces la gente se había cansado del asunto y, así, nadie lo escoltó al día siguiente. Pu Hua tuvo que llevar él mismo el ataúd hasta el suburbio norte. Cuando llegó se metió en el ataúd, siempre con el bastón en la mano, y esperó que llegaran algunos transeúntes. Entonces les pidió que clavaran el ataúd una vez que él hubiera muerto. Cuando ellos consintieron, él se echó y murió. Entonces los transeúntes clavaron el cajón, como lo habían prometido.

Las noticias de este hecho llegaron pronto a la ciudad, y la gente empezó a llegar a montones. Alguien sugirió entonces que abrieran el ataúd para echar un vistazo al cadáver. Pero, al hacerlo, ante su sorpresa,

no encontraron nada. Antes de recobrase de la sorpresa oyeron, desde el cielo, el sonido familiar de las campanillas del bastón que Pu Hua había llevado toda su vida. Al principio el campanileo era violento, porque estaba muy cerca; después se volvió más y más débil, hasta que finalmente desapareció enteramente. Nadie supo adónde había ido Pu Hua.

Estas tres historias revelan que el Zen no carece de elementos “sobrenaturales” y que comparte historias milagrosas y maravillas con otras religiones. Pero el Zen jamás se enorgullece de sus conquistas, ni recurre a poderes sobrenaturales para glorificar sus enseñanzas. Por el contrario, la tradición Zen ha mostrado indudablemente una actitud burlona hacia las realizaciones de milagros. El Zen no corteja y no toma en cuenta los poderes milagrosos de ningún tipo. Lo que le importa es el entendimiento y la realización de la maravilla de todas las maravillas, el indescriptible Dharmakaya, que puede encontrarse en todos los lugares y en todos los tiempos. Esto se demuestra claramente en las palabras de Pang Wen cuando dice: “Acarrear agua y recoger leña son dos actos milagrosos”.

Muchos koans prueban la actitud desdeñosa hacia los poderes sobrenaturales adoptada por el Zen. El Zen no sólo no alienta a sus seguidores a que busquen esos poderes, sino que también procura disolverlos si es posible, pues considera estos “poderes”, “visiones” y “revelaciones” como distracciones que con frecuencia apartan del sendero verdadero. La historia siguiente es un buen ejemplo de este espíritu:

D. Huang Po encontró una vez a un monje y caminó junto con él. Cuando llegaron cerca de un río, Huang Po se quitó el sombrero de bambú y, dejando a un lado su bastón, se detuvo a pensar cómo podrían pasar. Pero el otro monje caminó sobre el río sin dejar que sus pies tocaran el agua, y llegó en seguida a la otra orilla. Cuando Huang Po vio el milagro, se mordió los labios y dijo: “Oh, no sabía que podía hacer eso; de saberlo lo hubiera empujado hasta el fondo del río”.

Pese a todas las burlas y al desagrado ante las maravillas y los poderes sobrenaturales, los maestros Zen no eran por cierto incapaces de realizarlos. Podían hacerlo si juzgaban que la cosa valía la pena, para algún propósito digno. Estos poderes milagrosos son sencillamente los productos naturales de la verdadera Iluminación. Un ser perfectamente iluminado debe poseerlos; de otro modo su Iluminación sólo podrá ser considerada parcial.

La última historia de esta serie es particularmente significativa:

E. Chiu Feng era discípulo del maestro Shih Shuang. Cuando Shih Shuang murió, todos los monjes del monasterio realizaron una asamblea y decidieron nombrar al Monje Principal como nuevo abad. Pero Chiu Feng se puso de pie y dijo: “Debemos saber primero si realmente entiende las enseñanzas de nuestro difunto maestro”. El Monje Principal preguntó entonces: “¿Qué dudas tienes en la mente respecto a las enseñanzas de nuestro difunto maestro?” Chiu Feng, replicó: “Nuestro difunto maestro dijo: *-Olvida todo, deja de hacer todo y procura descansar completamente. Procura pasar diez mil años en un solo pensamiento. Procura ser las frías cenizas y el árbol gastado. Trata de estar cerca del incensario en el viejo templo. Procura ser un hilo de blanca seda.* No pregunto sobre el principio de esta recomendación, sino sobre la última frase: *-Trata de ser un hilo de blanca seda. ¿Qué significa?*” El Monje Principal contestó: “Es sólo una frase que ilustra el tema de la Forma Uno”<sup>12</sup>. Chiu Feng exclamó entonces: “¿Ves?

<sup>12</sup> El texto original de esta frase en el Chuan Yuan Meng Chiao y en el Chih Yueh Lu es muy abstruso: de ahí las diversas interpretaciones que pueden darse del mismo. La opinión del traductor es que “el fondo de la Forma única” (en chino: I se pien shih) al cual se refiere el Monje Principal implica la experiencia de iluminación a la cual se llega en las últimas etapas del dhyana. Esta comprensión es puesta en duda por Chiu Feng. D. T. Suzuki en su Introducción al Budismo Zen reproduce esta anécdota dándole una interpretación muy distinta. En el último párrafo de la narración, en la forma presentada por Suzuki, hay cierta desfiguración del texto original. Por ejemplo “entrar en trance” por tso to li wong es una traducción errónea. En chino, tso to significa “liberarse en posición sedente” y li

Yo sabía que no entendías las enseñanzas de nuestro difunto maestro”. El Monje Principal preguntó entonces: “¿Qué entendimiento mío es el que no aceptas? Enciende una vara de incienso para mí. Si no puedo morir antes que haya quemado, entonces reconoceré que no entiendo lo que ha querido decirnos nuestro difunto maestro”. Entonces se encendió el incienso y el Monje Principal volvió a su asiento, y quedó tieso como un palo. Y, antes de que la vara de incienso se consumiera del todo, el Monje Principal realmente había muerto, allí, donde estaba. Chiu Feng tocó entonces el hombro del cadáver y dijo: “Puedes sentarte y morir perfectamente, pero sigues sin tener la menor idea de las palabras de nuestro difunto maestro”.

Si el Zen debe considerarse como la quintaesencia y suprema enseñanza del budismo, una enseñanza que puede liberarnos de las miserias de la vida y de la muerte, y no simplemente como una charla inútil, un pasatiempo, debe dar concreta e indiscutida prueba de su validez. Las meras palabras no pueden sustentar una religión: la conversación vacía no puede convencer a la gente ni sostener la fe de los creyentes. Si el Zen no produjera “seres dotados” que, por un lado, realizan la Verdad Interior y, por el otro, dan pruebas concretas de su Iluminación, no podría haber eclipsado a todas las otras escuelas del budismo en la Madre Patria y sobrevivido más de mil años. La Iluminación Budista no es una teoría vacía ni asunto exclusivo de nuestro deseo. Es un hecho concreto que puede ser probado y demostrado. En la historia precedente, cuando el Monje Principal fue provocado por Chiu Feng, valerosamente testimonió su entendimiento liberando su alma-conciencia del cuerpo físico en unos minutos. ¿Quién, sin poseer alguna realización interior de la Verdad Zen, puede realizar un hecho tan notable? Pero, sorprendentemente, hasta este entendimiento no estaba a la altura del Zen. Ser capaz de liberarse de la vida y de la muerte en su sentido literal dista todavía mucho de ser el objetivo de la enseñanza de los maestros Zen.

Juzgando el Zen desde este punto de vista, ¡qué penosas nos parecen las habladurías de esos “expertos”, que sólo conocen charlas sobre el Zen y que no sólo aborrecen la existencia de este tipo de koan, sino que deliberadamente lo interpretan mal en sus prácticas y escritos “Zen”..., o que lo omiten completamente, como si no existiera! Se recomienda, por esto, que el lector de este libro analice atentamente las diferencias entre el Zen genuino y el Zen imitado..., entre el Zen que proviene del corazón y el que sale de la boca, entre la concreta realización Zen y las meras palabras, entre el Zen del verdadero conocimiento y el de la prevaricación. Trazando estas líneas discriminatorias, el lector ya no será engañado ni sorprendido por los falsos profetas del Zen.

Puede decirse, con cierta verdad, que la aproximación analítica y algo conservadora que hemos esbozado “asesina” al Zen. Pero es el Único camino para presentar al Zen auténticamente y, al mismo tiempo, volverlo claro para los occidentales que, sin medios a mano, deben acercarse al tema intelectualmente y seguir un camino más seguro, aunque más lento que el del Oriente, para encontrar y dar los primeros pasos por el camino que lleva a la Iluminación.

---

wong significa “morir de pie”. La frase da por implícita la capacidad de sucumbir a voluntad, en posición erecta o sedente.

---

## CAPÍTULO II

---

### LA PRÁCTICA DEL ZEN

#### **ANÁLISIS GENERAL DE LA PRÁCTICA DEL ZEN**

La práctica Zen no es tema que los estudiantes no iniciados puedan tratar competentemente con el mero intelecto o con la pedantería. Sólo aquellos que han vivido la experiencia misma pueden discutir el tópico con íntima autoridad.

Por lo tanto sería una locura no seguir el consejo de los dotados maestros del Zen, no reflexionar sobre la historia de sus vidas... historias en las cuales abunda el relato de la experiencia ganada en sus luchas con el Zen. Los discursos y autobiografías de los maestros Zen han demostrado, en siglos pasados, ser valiosos documentos para los estudiantes del Zen, y son buscados y aceptados por todos los buscadores del Zen en el Oriente, como guías infalibles y compañeros en el camino hacia la Iluminación.

Para los que no pueden encontrar un maestro Zen competente *-caso frecuente hoy en día-* estos documentos son de inestimable valor y utilidad. Por lo tanto, he traducido algunos de los más populares e importantes discursos, y unas pocas autobiografías de los más conocidos maestros Zen, para mostrar al lector cómo practicaban el Zen, con qué esfuerzos ganaron la Iluminación y, sobre todo, qué tienen que decirnos sobre estos vitales asuntos.

Para ayudar al lector a entender estos discursos haré aquí un breve relato de la historia del Zen, y señalaré algunos puntos importantes en relación a su práctica.

El Ch'an (Zen) fue por primera vez introducido en China por el monje indio Bodhidharma (470-543) a principios del siglo VI, y establecido por el Sexto Patriarca Hui Neng (637-713) a principios del siglo VIII. Hui Neng tuvo varios discípulos prominentes, dos de los cuales, Huai Jang (?-740), y Hsing Ssu (?-775) tuvieron mucha influencia. Cada uno de ellos tuvo un destacado discípulo, llamados Ma Ssu (?-788) y Shih Tou (700-790), respectivamente; éstos, a su vez, tuvieron varios discípulos notables que fundaron, directa o indirectamente, las cinco mayores sectas Zen existentes en esa época. Fueron Lin Chi, Tsao Tung, I Yang, Yun Men y Fa Yen. Con el correr del tiempo estas sectas se consolidaron en la secta Tsao Tung (**Soto** en japonés) y la secta Lin Chi (**Rinzai** en japonés). La secta Tsao Tung y la secta Lin Chi son las únicas sectas del budismo Zen que existen ahora.

El Zen, después del período de Hui Neng, se extendió a casi todos, los rincones de China y gradualmente se convirtió en la escuela más popular de budismo en ese país. Fue ampliamente aceptado y practicado por monjes y legos de todas las clases sociales. Debido a los esfuerzos de Hui Neng y sus discípulos, los estilos únicos y las tradiciones del Zen que he señalado brevemente en el capítulo anterior, surgieron gradualmente.

Los primeros doscientos años de Zen produjeron, en sucesión, seis patriarcas, de los cuales Bodhidharma fue el primero y Hui Neng el sexto. Durante este tiempo el Zen conservó su simple y original estilo indio, sin introducir cambios radicales o extraños, como se encuentran en períodos posteriores de la historia del Zen. En este primer período, el Zen no fue embellecido, fue comprensible, directo y claro. A causa de la falta de documentos referentes a la práctica del Zen en este primer período, no conocemos con exactitud la manera precisa en que se practicaba el Zen. Sólo podemos decir con seguridad que no había ejercicios koans, y que no había gritos, patadas, llantos ni “representaciones” de castigos, como se encuentran

actualmente. Pero varias cosas sucedieron en este período: Primero: ciertas instrucciones verbales referentes a la práctica Zen deben haber pasado por toda la sucesión, desde Bodhidharma hasta Hui Neng. Segundo: estas instrucciones deben haber sido enseñanzas prácticas y aplicables, de cualidad diferente de la de los inaprensibles ejercicios tipo koan, característicos de tiempos posteriores. Tercero: la práctica del Zen debe haber seguido principalmente, la tradición india, en gran parte idéntica a la enseñanza del Mahamudra<sup>13</sup>, que se introdujo en el Tibet desde la India, y se practicó ampliamente en ese país desde el siglo IX. Actualmente la secta Tsao Tung es quizá la única secta Zen que todavía conserva algunos elementos indios en su enseñanza, y es probablemente la única fuente en la cual podríamos obtener alguna información sobre la práctica original del Zen.

Existe, sin embargo, gran escasez de documentación sobre las instrucciones prácticas, que eran dadas por los maestros Tsao Tung. Uno de los motivos que contribuyeron sin duda a esta escasez de material escrito es la “tradicón secreta” de la secta Tsao Tung, que aconseja a sus adeptos no escribir las instrucciones verbales. Así, el tiempo ha borrado las huellas de muchas enseñanzas orales.

En el pasado, muchos maestros Zen de la secta Tsao Tung enseñaban a sus discípulos de la manera más secreta. La frase “Entrar en la habitación del maestro y recibir la instrucción secreta” (en chino **ju shi mi shou**) era muy usada. Esta práctica era criticada por los seguidores de la secta de Lin Chi, especialmente por el elocuente maestro Tsung Kao (1089-1163).

Por muchas generaciones, la secta Tsao Tung y la secta Lin Chi fueron las dos sectas Zen “rivales”, y cada una ofrecía, en ciertos aspectos, un acercamiento distinto a las prácticas Zen. Debido a estas aproximaciones diferentes, el estudiante puede elegir la que más le convenga y la que más lo ayude. La superioridad de la simple, tangible, explícita forma de acercamiento al Zen, proveniente de la India y defendida por la secta Tsao Tung, y el con frecuencia inasible, sorprendente y “esotérico” acercamiento chino Ch'an, representado por la secta de Lin Chi, ha sido siempre objeto de controversias. Objetivamente hablando, ambos métodos tienen sus méritos y desméritos, sus ventajas y desventajas. Si queremos dejar de lado los recónditos y crípticos elementos Zen, y tomar en cuenta directamente unas instrucciones simples y tangibles, que sean realmente prácticas, la senda de Tsao Tung es probablemente la más apropiada. Pero si se quiere penetrar más profundamente en el fondo del Zen, y se está dispuesto a aceptar las inevitables contrariedades y frustraciones, la senda de la secta Lin Chi *-la secta Zen más popular actualmente en la China y el Japón-* es preferible. Personalmente, yo no considero que la versión de Tsao Tung sea deficiente, aunque no pueda brindar una “realización” tan libre y tan honda como la de Lin Chi en las etapas preliminares. Sin embargo, la actitud práctica y sencilla de Tsao Tung puede ser más apropiada para las personas del siglo XX. El motivo principal es que el ejercicio koan *-la piedra angular, aunque no el único fundamento de la práctica Lin Chi-* resulta demasiado difícil y remoto a la mente contemporánea. Además, al practicar el Zen por medio del ejercicio koan, es menester contar con un maestro competente desde el principio al fin. Esto, asimismo, presenta un problema difícil. Una tercera objeción al ejercicio koan es la de que tiende a fatigar mentalmente y que no alivia, sino que aumenta, la tremenda tensión mental a la cual están sometidas tantas personas en nuestros días. Sin embargo, si es posible encontrar ayuda constante de un maestro Zen competente, y se puede vivir en un ambiente favorable, el método koan es preferible y mejor a la larga.

Actualmente, cuando se menciona a la práctica Zen, la gente piensa inmediatamente en el koan (o **Hua Tou**), como si sólo en este ejercicio radicara la práctica Zen. Nada podría ser más falso. El ejercicio Hua

---

<sup>13</sup> Mahamudra es el prajnaparamita aplicado en su forma más sencilla y práctica. Esta enseñanza pasa por ser la más elevada en el budismo tibetano. En general, mahamudra es el budismo Zen del Tibet, aunque tenga un estilo y un lenguaje diferentes de los del Zen. Mahamudra es una enseñanza encaminada a que se realice la propia mente en su forma natural y prístina. Véase Evans-Wentz: El Libro Tibetano de la Gran Liberación y su Yoga Tibetano y las Doctrinas Secretas.

Tou no ganó su popularidad hasta la última parte del siglo XI, bajo la dinastía Sung. Desde el Bodhidharma hasta Hui Neng, pasando por Yin Chi y Tang Shan *-un período de unos cuatrocientos años-* no puede encontrarse un sistema establecido de ejercicio Hua Tou. Los maestros Zen más notables de este período eran grandes artistas: eran muy flexibles y versátiles en sus enseñanzas, y nunca se limitaban a un solo sistema. Quien popularizó al ejercicio Hua Tou fue el elocuente maestro Tsung Kao (1089-1163), y él fue quien lo convirtió en el más conocido, aunque no el único, ejercicio practicado por los estudiantes del Zen en los últimos ocho siglos. El punto que aquí tiene interés es: ¿Cómo, antes de la popularización y generalización del ejercicio koan, practicaban el Zen los estudiantes de otras épocas? ¿Cómo practicaron el Zen esas grandes figuras de Hui Neng, Ma Tsu, Huang Po y Lin Chi? Tenemos razones para creer que, en tiempos remotos, la “reflexión serena”, tipo de meditación que ahora se encuentra en las enseñanzas de la secta de Tsao Tung, era el fundamento de las técnicas de meditación Zen.

Más precisamente, ¿Cuáles son las enseñanzas de esas dos sectas, y de qué manera difieren las instrucciones de Tsao Tung y de Lin Chi? Para contestar con la mayor concisión, diré que Tsao Tung enseña al discípulo a observar su propia mente en estado de serenidad. Lin Chi, en cambio, pone al discípulo a trabajar en la solución de un problema insoluble, y esto se conoce como el koan o ejercicio Hua Tou. El primero puede ser considerado abierto o exotérico; el segundo, oculto o esotérico. Si el discípulo puede ser guiado al principio por un buen maestro, el primer camino no es difícil de seguir. Si es posible obtener “las instrucciones verbales” de un maestro Zen competente, pronto es posible “observar la propia mente en estado de serenidad” o, en lenguaje Zen, practicar la reflexión serena<sup>14</sup>. En contraste con la “reflexión serena” de la escuela Tsao Tung, el ejercicio koan de la escuela Lin Chi está enteramente fuera del alcance del principiante. Este es llevado deliberadamente a la absoluta oscuridad, hasta que la luz, de repente, se hace en él.

Antes de discutir en detalle los koans, habremos de comentar la técnica Tsao Tung de “observar la propia mente en estado de tranquilidad” *-la práctica Zen original y la más “ortodoxa”, a la cual se le ha prestado poca atención, en contraste con la atención prestada a los ejercicios koan-*.

#### Práctica Zen mediante la observación de la propia mente

La práctica Zen de la Escuela Tsao Tung puede resumirse, en dos palabras: “reflexión serena” (en chino: **mo chao**). Esto se expresa claramente en el poema “Notas sobre la reflexión serena” del famoso maestro Zen, Hung Chih, de la escuela Tsao Tung:

Silenciosa y serenamente olvidamos todas las palabras;  
 clara y nítidamente aparece Eso ante él.  
 Cuando lo entendemos, es vasto y sin límites;  
 en su esencia, somos claramente conscientes.  
 Extrañamente reflejante es esta brillante conciencia,  
 maravillosa es esta pura reflexión.  
 El rocío y la luna  
 las estrellas y los arroyos,  
 la nieve sobre los pinos,  
 y las nubes que flotan sobre los picos de montaña  
 eran oscuros y se vuelven claros y refulgentes,  
 eran sombríos y se vuelven resplandecientes.  
 Una infinita maravilla habita esta serenidad;  
 en esta reflexión todo esfuerzo intencional se desvanece.

<sup>14</sup> La meditación serena (en chino: mo chao chan) puede traducirse, así mismo, por “meditación silenciosa” o “meditación de la contemplación serena”.

La serenidad es la palabra final (de toda enseñanza),  
la reflexión es la respuesta a todo (lo manifestado).

Librada de todo esfuerzo,  
esta respuesta es natural y espontánea.

La desarmonía surgirá  
si no hay serenidad en la reflexión  
y todo se volverá inútil y secundario  
si no hay serenidad en la reflexión.

La Verdad de la reflexión-serena  
es perfecta y completa.

¡Mira! ¡Los cien ríos fluyen  
en torrentes tumultuosos  
hasta el gran océano!

Sin algunas explicaciones y comentarios, el significado que se da aquí a la “reflexión serena” puede resultar un tanto enigmático a muchos lectores. La palabra, china **mo** significa “silencioso” o “sereno”; **chao** significa “reflexionar” u “observar”. **Mo chao**, por lo tanto, puede traducirse por “reflexión serena” u “observación serena”. Pero tanto la “serenidad” como la “reflexión” tienen aquí acepciones especiales, y deben entenderse dentro de sus connotaciones. El sentido de “sereno” va mucho más allá de la mera “calma” o “tranquilidad”, implica la trascendencia sobre las palabras y los pensamientos, designa un estado de “más allá”, de paz omnipresente. El sentido de “reflexión”, asimismo, va mucho más allá del sentido corriente de “contemplación de un problema o una idea”. No implica aquí actividad mental o pensamiento contemplativo, sino una especie de conciencia clara y reflejante, siempre iluminada y pura en su propia experiencia. Para decirlo con más precisión: “sereno” es aquí la serenidad del no-pensamiento (en chino: **wu nien**) y la “reflexión” significa una conciencia intensa y clara. Por lo tanto, la reflexión serena es la clara conciencia en la tranquilidad del no-pensamiento. A esto se refiere el Sutra del Diamante al decir que “no se apoya en ningún objeto y, sin embargo, la mente aparece”. El gran problema es: ¿cómo es posible poner a la mente en tal estado? Hacer esto requiere instrucción verbal y entrenamiento específico con un maestro. El “ojo de la sabiduría” del discípulo debe abrirse ante todo, pues de lo contrario no sabrá cómo poner a su mente en estado de reflexión serena. Si uno aprende a practicar esta meditación, ya ha realizado algo en el camino del Zen. El no iniciado nunca sabe cómo proceder. Esta meditación de reflexión serena de Tsao Tung no es, por lo tanto, un ejercicio corriente de quietismo. Es la meditación Zen, la del Prajnaparamita. Un estudio cuidadoso del poema precedente nos demostrará que los elementos Zen trascendentales están, evidentemente, allí.

La mejor forma de aprender esta meditación consiste en adiestrarse con un maestro Zen competente. Sin embargo, si no es posible encontrar uno, se puede tratar de seguir las “Diez sugerencias” -*las instrucciones esenciales de la práctica Zen, que el autor ha aprendido después de grandes dificultades y largos años de estudio del Zen*-. Con la esperanza de que sean valorizadas, estimadas y practicadas por algunos discípulos responsables en el Oeste, las cito a continuación:

Las Diez Sugerencias de la Práctica Zen son:

1. Atender interiormente al estado de ánimo antes de que surja un pensamiento.
2. Cuando surge un pensamiento, interrumpirlo instantáneamente y volver a la actitud de atención interior.
3. Tratar de contemplar la mente en forma in-interrumpida.
4. Tratar de recordar esta “sensación de contemplar” durante las actividades diarias.
5. Tratar de ponerse en un estado de ánimo semejante al del sobresalto.
6. Meditar con la mayor frecuencia posible.
7. Practicar con los amigos de igual orientación el ejercicio del círculo que corre (descrito en el capítulo II, en “Discursos del maestro Hsu Yun”).



8. En medio de una actividad tumultuosa, detenerse y contemplar interiormente la mente durante un instante.
9. Meditar por breves instantes con los ojos abiertos.
10. Leer y releer con la mayor frecuencia posible los Prajnāparamita Sūtras (tales como el del Diamante, el del Corazón, el Prajñā de los Ocho Mil Versos, el Mahāprajñāparamita, etc.).

## **La práctica del Zen por medio del ejercicio koan**

¿Qué es un ejercicio koan? “Koan” es la pronunciación japonesa de la frase china **kung-an**; y el sentido original de **kung-an** es “el documento de un acuerdo oficial sobre el escritorio”. Pero los budistas Zen le dan un significado diferente, pues para ellos designa un cierto diálogo o acontecimiento que ha ocurrido entre el maestro Zen y el discípulo. Por ejemplo: Un monje preguntó al maestro Tung Shan, “¿Quién es el Buda?”. A lo cual contestó el maestro “Tres chin (una medida) de lino”. O: Un monje preguntó al maestro Chao Chou: “¿Qué sentido tiene la llegada del Bodhisattva desde el este?” “¿El ciprés que está en el jardín!” Todas las historias Zen, narradas en la forma antedicha, son koans. En una palabra: “koan” designa una historia Zen, una situación Zen, un problema Zen. El ejercicio koan significa por lo general ponerse a la tarea de encontrar una solución a un problema Zen, tal como quién recita el nombre de Buda.” o “Todas las cosas se reducen a la unidad. ¿A qué es reducible dicha unidad?”; o la simple palabra Wu (que quiere decir “no” o “nada”), etc. Como la palabra koan ya está aceptada, es muy usada en el oeste, es menester usarla en vez de la palabra china Hua Tou. Tanto koan como Hua Tou son, por lo tanto, utilizadas en el sentido general y específico, respectivamente. En China, los budistas Zen no suelen usar el término “ejercicio koan” y dicen, en cambio, “ejercicio Hua Tou”, “trabajar un Hua-Tou”. ¿Qué es este Hua Tou? **Hua** quiere decir “hablando”, “observación”, “oración”; **tou** quiere decir “termina” y se aplica por igual al comienzo y al fin de algo, **hua tou** quiere decir, pues, “los términos de una frase”. Por ejemplo, “¿Quién recita el nombre de Buda?” es una frase, en la cual el primer término es la palabra “quién”. Aplicar la mente a esta palabra aislada, “quién”, y tratar de encontrar la solución de la pregunta original, constituye un ejemplo del “ejercicio **Hua Tou**”. Sin embargo, “koan” se utiliza en un sentido mucho más amplio que Hua Tou, se refiere a toda una situación o acontecimiento, mientras que Hua Tou significa tan sólo los términos o, más especialmente, las palabras claves o el punto de la cuestión. Otro ejemplo: Un monje le preguntó al maestro Chao Chou: “¿Tiene un perro la naturaleza del Buda?” Chao Chou contestó: “**Wu**”<sup>15</sup> (¡no!). Esta sola palabra, **wu**, recibe el nombre de **Hua Tou**. También hay otras interpretaciones del significado de Hua Tou, pero con lo que hemos dicho ya es suficiente.

¿Cómo se practica el ejercicio “koan”? Al practicarlo, ¿qué debe evitarse y qué debe buscarse, qué experiencias se deben tener y qué debe procurarse como logro? Las respuestas se encuentran en los discursos y las autobiografías de los maestros Zen, citados a continuación y que han sido cuidadosamente seleccionados entre muchas fuentes Zen primigenias.

---

<sup>15</sup> Esta palabra, en el sentido que aquí se le da, se pronuncia de acuerdo con “el segundo tono”, y es una palabra completamente distinta del otro wu (satori). Esta última se pronuncia de acuerdo con “el cuarto tono”. El primer wu quiere decir “nada” y el último “iluminación”.

## **DISCURSOS DE CUATRO MAESTROS ZEN**

### **1. DISCURSO DEL MAESTRO HSU YUN**

El maestro Hsu Yun es el maestro Zen más célebre de China. En la actualidad tiene ciento diecinueve años, pero todavía es sano de cuerpo y activo mentalmente. Ha dado instrucción a miles de discípulos y, en las últimas décadas, ha establecido numerosos monasterios en distintos lugares de China. La historia de su vida está llena de episodios interesantes. Hsu Yun es tenido por la primera autoridad de la China actual en Zen. Los sermones que reproducimos fueron dichos por él hace algunos años, cuando practicaba con algunos discípulos la habitual “Meditación de los Siete Días”<sup>16</sup> en el monasterio del Buda de Jade, en Shanghai.

#### **Primer día del primer período, 9 de enero a las 19 horas<sup>17</sup>**

Después de rendir homenaje a Su Reverencia Hsu Yun, los monjes lo invitaron a que pasara a la Sala de Meditación del monasterio. Hsu Yun se paró en la mitad de la sala y los monjes formaron dos filas, una a cada lado de Su Reverencia. Uno de los monjes tenía un llamador. Los discípulos asistentes, que participaban de la Meditación de los Siete Días, y que habían venido de todas partes del país, formaban un amplio círculo en derredor. Entonces el Reverendo levantó su llamador y se dirigió del siguiente modo al público: “Éste es el nuevo mes de un nuevo año y, ahora, podemos afortunadamente reunirnos para practicar la Meditación de los Siete Días. Aquí hemos de aprender las enseñanzas de la No-Acción (**Wu wei**). “No-acción” significa que no existe absolutamente nada para hacer o aprender. Por desgracia, cualquier cosa que yo diga sobre la “nada” no dará en el blanco. Amigos y discípulos, si no os atáis a las Diez Mil Cosas con vuestras mentes, descubriréis que la chispa de la vida emana de todo.

“Hoy es el primer día de nuestra meditación. Amigos, ¿qué pensáis? ¡Ah!...”

Después de un largo rato, el maestro gritó: “¡corred!” En seguida todos los discípulos, obedeciendo a su pedido, empezaron a correr en círculo. Después de dar varias vueltas, un monje dio la señal de “basta”, golpeando la tabla-llamador contra una mesa, lo cual produjo un gran ruido. Inmediatamente todos los corredores se detuvieron. Después de un rato, todos se sentaron en el suelo, con las piernas cruzadas. La sala estaba en profundo silencio; ni el más leve sonido podía oírse, como si se estuviera en un aislado desfiladero de montaña. Esta meditación silenciosa duró más de una hora. Luego todos se levantaron y empezaron de nuevo a dar vueltas. Después de dar varias vueltas se pararon de repente cuando se dio la señal de “basta”.

Entonces el maestro se dirigió al grupo con estas palabras: “El director de este monasterio es bondadoso y compasivo. Gracias a sus sinceros esfuerzos, hemos podido hacer esta Meditación. Todos los miembros de la compañía, y vosotros, protectores profanos, sois diligentes y estáis inspirados por el Tao. Todos vosotros me pedisteis que dirigiera a este grupo en esta Meditación de los Siete Días. Me siento honrado e inspirado por esta noble ocasión. Pero últimamente no me he sentido bien, de tal modo que no puedo hablar mucho tiempo. Nuestro Señor el Buda predicó el Dharma durante más de cuarenta años, a veces

<sup>16</sup> La Meditación de los Siete Días. Con el fin de evitar distracciones e interrupciones y practicar la meditación en condiciones favorables, los practicantes budistas se retiran a veces por un término ,de siete días, o varias semanas, a un lugar tranquilo, solos o con sus compañeros de dharma.

<sup>17</sup> No se da aquí una descripción diaria de los dos períodos de la Meditación de Siete Días, por la simple razón de que (1) el maestro no predicaba todos los días, y (2) sólo los discursos pertinentes se han incluido.

explícitamente, a veces en forma implícita. Sus enseñanzas están expuestas y constan en los Tres Grandes Cánones. De tal modo que, ¿es necesario que yo diga algo? Lo más que puedo hacer, y lo mejor, es repetir las palabras de Nuestro Señor el Buda y los Patriarcas. De todos modos, debemos saber que la enseñanza del Zen se transmite por otras vías que la doctrina budista oficial. Esto es puesto de manifiesto en el primer koan Zen. Cuando Buda tenía la flor en la mano y la mostró a sus discípulos, ninguno de ellos entendió su intención, salvo Mahakasyapa, quien sonrió a fin de dar a entender que comprendió lo que Buda quería decir. Entonces el Buda dijo: “Tengo el tesoro del Dharma justo y la maravillosa mente del Nirvana *-la forma verdadera, sin forma-* que ahora os he de transmitir”. Por lo tanto, debéis comprender que el Zen es una enseñanza que se transmite fuera de los caminos regulares de la doctrina budista, sin acudir a muchas palabras o explicaciones. Zen es la enseñanza más elevada y más directa, que lleva a la Iluminación instantánea, siempre que uno sea capaz de entenderlo de repente. Algunas personas imaginan erróneamente que las veinte **chans** (dhyanas) mencionadas en el Sutra de la Gran Sabiduría comprenden la totalidad del Zen. Esto es un error completo. Estas Dhyanas no son las más elevadas. El trabajo de nuestra **chan** no tiene un proceso gradual o etapas sucesivas. Nuestra **chan** es la **chan** suprema, que consiste en captar instantáneamente la naturaleza del Buda. Pero, siendo esto así, ¿qué necesidad hay de practicar la llamada Meditación de los Siete Días? Porque la capacidad de las personas para practicar el Dharma se deteriora incesantemente. Actualmente las personas tienen demasiados pensamientos divergentes en sus mentes. Por lo tanto, los Patriarcas han ideado métodos y técnicas especiales, como la Práctica de los Siete Días, los ejercicios koan, la carrera en círculo, etcétera, para enfrentar esta situación y ayudar a las personas de poca capacidad. Desde los tiempos de Mahakasyapa hasta ahora han pasado unas sesenta o setenta generaciones. En los tiempos de Tang y de Sung, el Zen se difundió por todas partes bajo el sol. ¡Cuán grande y glorioso era en aquellos días el Zen! ¡Ay! ¡En qué estado lamentable se encuentra ahora el Zen, por comparación! Sólo Chin Shan (el Monasterio de la Montaña de Oro), Kao Ming (el Monasterio del Cielo Supremo), Pao Kung (el Monasterio de la Divina Luz) y algunos otros mantienen las tradiciones Zen. Por lo tanto, en las escuelas Zen de nuestros días no es posible encontrar muchas figuras notables.

En una ocasión, el Séptimo Patriarca, Shen Hui, preguntó al Sexto Patriarca, Hui Neng: “¿Qué práctica es menester seguir, con el fin de no caer dentro de una categoría?” “Practicar la Santa Verdad”. Shen Hui contestó: “Yo ni siquiera practico la Santa Verdad”. “En ese caso, ¿a qué categoría perteneces?” “La misma Verdad Santa no existe, ¿cómo podrían existir las categorías?” Al escuchar esta respuesta, el Sexto Patriarca quedó impresionado por la sabiduría de Shen Hui.

Pero nosotros, que no tenemos las elevadas dotes de los patriarcas, debemos inventar métodos, como la práctica Hua Tou, que nos enseña a practicar un problema koan especialmente elegido y cristalizado en una simple oración, a Hua Tou. Después de la Dinastía Sung, la Escuela de la Tierra Pura se volvió muy popular, y la recitación del nombre del Buda Amida se convirtió en una práctica difundida entre los budistas. En estas circunstancias, los grandes maestros Zen recomendaban a los fieles que practicaran el Hua Tou de “¿Quién recita el nombre de Buda?” Este Hua Tou se convirtió en el más popular de todos, y aún lo sigue siendo. Pero hay mucha gente que aún no sabe practicarlo. ¡Algunos son tan tontos que se limitan a repetir la frase misma! La práctica Hua Tou no consiste en repetir la frase o concentrarse en ella. Consiste en **tsen** la naturaleza misma de la frase. **Tsen** significa mirar con penetración y observar. En la sala de meditación de cualquier monasterio nos solemos encontrar con la siguiente advertencia, pegada en las paredes: “Observa y contempla tu Hua Tou”. Aquí, “observar” quiere decir mirar al revés, es decir, mirar hacia atrás, y “contemplar” quiere decir aplicar la mente en forma penetrante dentro del Hua Tou. Nuestras mentes están habituadas a salir y a sentir las cosas del mundo exterior. **Tsen** consiste en invertir este procedimiento y mirar hacia adentro. “¿Quién recita el nombre de Buda?” es la Hua, la oración. Pero antes de que surja la idea de esta oración tenemos el **tou**, el fin. **Tsen** esta Hua Tou consiste en contemplar esta idea misma de ¿Quién?, penetrar en el estado previo al momento en que surge el pensamiento, y percibir qué es este estado. Consiste en observar de dónde proviene esta misma idea de ¿Quién?, contemplarla como es, y sutil y suavemente penetrar en ella.

En el ejercicio que consiste en dar vueltas, es menester mantener el pescuezo erguido, de modo que la nuca esté en contacto con el cuello, y seguir de cerca a la persona que está adelante. Hay que mantener la mente calma y tranquila. No hay que darse vuelta a mirar, sino que hay que concentrar la mente en el Hua Tou. Al sentarse a meditar, no hay que levantar el pecho en forma artificial. Al respirar, no hay que espirar y aspirar con fuerza. Hay que respirar con un ritmo natural. Controlad vuestros seis sentidos y apartad todo lo que turbe vuestra mente. No penséis en nada, pero observad vuestra Hua Tou. No olvidéis vuestra Hua Tou. La mente no debe estar forzada ni tener asperezas, pues en tal caso continuará vagando y no encontrará la paz, pero tampoco debéis permitir que la mente se entorpezca y se vuelva perezosa, pues entonces os dará sueño y, en consecuencia, caeréis en la trampa del “vacío”. Si podéis tener siempre presente a vuestra Hua Tou, dominaréis fácil y naturalmente la técnica. De esta manera, todos vuestros pensamientos habituales quedarán controlados. No es fácil a los principiantes practicar bien, pero no hay que asustarse ni descorazonarse, ni se debe albergar el pensamiento de que vais a obtener la Iluminación por el hecho de que estáis practicando la Meditación de los Siete Días, cuyo fin es, precisamente, la Iluminación. ¡Cualquier idea de alcanzar la Iluminación es tan innecesaria y tan tonta como la de querer agregar una cabeza a la cabeza que ya tenéis! No debéis preocuparos si en un principio no sabéis practicar vuestra Hua Tou; lo que debéis hacer es tenerla siempre presente y observarla en forma continuada. Si surgen pensamientos perturbadores, no los sigáis, pero reconocedlos por lo que son. El proverbio lo dice bien:

No os preocupéis de las ideas que turban,  
pero ¡cuidado! si las percibís cuando ya es tarde.

Al principio, todo el mundo sufre por la aparición de pensamientos errantes y continuos, y no puede recordar su Hua Tou, pero poco a poco, a medida que pasa el tiempo, la Hua Tou resultará más fácil. Entonces la podréis emprender fácilmente y no se os escapará mientras dure el plazo fijado. Entonces descubriréis que el trabajo no es difícil. ¡Muchas tonterías he dicho hoy! ¡Lo mejor que podéis hacer es irros y ponerros a practicar vuestra Hua Tou!”

### **El segundo día del primer período, 10 de enero**

El maestro volvió a hablar al público de esta manera: “La Meditación de los Siete Días es la mejor manera de lograr la Iluminación dentro de un período determinado. En otros tiempos cuando la gente estaba más dotada, muchos budistas de la escuela Zen no prestaban atención a esta práctica. Pero la práctica empezó a ganar popularidad durante la dinastía Sung. Merced al favor que logró del emperador Yung Cheng durante la dinastía Ching, la práctica se difundió por todo el país. El emperador Yung Cheng, de la dinastía Ching, era un budista Zen aventajado y tenía gran admiración y respeto por las enseñanzas del Zen. En su palacio, la Meditación de los Siete Días se llevaba a cabo con mucha frecuencia. Siguiendo sus instrucciones, unas diez personas lograron la Iluminación. Por ejemplo, el maestro Tien Hui, del Monasterio del Supremo Cielo en Yang Chow, logró la Iluminación siguiendo sus enseñanzas. Este emperador reformó los sistemas y las reglas de los monasterios Zen y las prácticas Zen. Por obra de él el Zen adquirió nueva energía, y muchos notables maestros florecieron en sus días.

Por el momento nos ocupamos del **Chan**. ¿Qué es el Chan? En sánscrito se llama dhyana *-práctica de la concentración profunda, o contemplación-*. De ella hay muchas clases, como hinayana y mahayana (con forma y sin forma). Pero el Chan de la escuela chan de China es el chan supremo, distinto de todos los otros. Esta sala en que estamos sentados se llama la Sala Prajna, o la Plaza de la Iluminación. Es aquí mismo que vosotros debéis penetrar en la “sensación de duda” y cortar las amarras con la vida. En esta sala sólo se estudia la enseñanza de la Nada o el Dharma de la no-acción. Porque (en realidad) no hay nada que hacer y nada que obtener, pues todo lo que está sometido a la acción se somete a la “aparición” y “extinción” consecuentes. Todo lo que puede ser obtenido ha de ser, igualmente, extraviable. Todas las otras prácticas de dharma, como suplicaciones, penitencias, recitación de sutras, etc., logran algo, son

medios relativos y enseñanzas oportunas. El Zen os ayuda a obtener la (cosa esencial) en éste mismo momento, sin necesidad de utilizar palabras. Un monje le preguntó a Nan Chuan: “¿Qué es el tao?” Y Nan Chuan contestó: “El espíritu corriente es el tao”. ¿Entendéis esto? En realidad siempre estamos en el tao: comer, caminar, vestirse, etc. Ninguna actividad puede separarse del tao. Nuestro error consiste en aferrarnos todo el tiempo a las cosas, por eso no podemos comprender que la mente del “yo” es el Buda. Un discípulo, Ta Mei, le preguntó a Ma Tsu: “¿Qué es el Buda?” y Ma Tsu contestó: “La mente es el Buda”. En cuanto oyó la respuesta, Ta Mei recibió la Iluminación. Entonces se inclinó ante Ma Tsu, le dio las gracias y se fue. Más tarde, Ta Mei residía en una ermita en la provincia de Che Chiang y tenía muchos discípulos. Su fama llegó a oídos de Ma Tsu. Con el fin, de estar seguro de la capacidad de su entendimiento, Ma Tsu envió un monje a la ermita para que averiguara en qué estaba Ta Mei. A este monje se le propuso el koan de “No existe la mente y no existe el Buda”, con el fin de probar con él a Ta Mei. Cuando el monje llegó a la ermita, Ta Mei le preguntó: “¿De dónde llegas, Reverendo?”

-Llego de hacer una visita al gran maestro Ma.

-¿Qué clase de budismo está enseñando?

-¡Ah, su budismo ha cambiado en los últimos años!

-¿De qué modo?

-Antes el gran maestro Ma decía: “La mente es el Buda mismo”, pero ahora dice que no es ni la mente ni el Buda.

Ta Mei se mordió los labios y dijo: “Este canalla está tratando de confundir a la gente. Que siga diciendo que *no es la mente ni es el Buda*. Yo seguiré diciendo que la mente es el Buda”.

Esta anécdota nos demuestra que los antiguos tenían una comprensión decisiva e inmovible del Zen, y que lo entendían con sencillez y directamente.

Pero nosotros somos personas mucho menos dotadas. Los pensamientos casuales invaden nuestras mentes. Desesperados, los grandes Patriarcas idearon esta práctica de Hua Tou para nosotros, no porque tenga mucho valor en sí, sino tan sólo porque los Patriarcas no tenían ningún otro medio de ayudarnos, salvo el de encontrar un método expeditivo.

El maestro Kao Feng dijo: “Al practicar el Zen, debemos actuar como si tiráramos una baldosa a un estanque: la baldosa se hunde y se hunde, hasta que llega al fondo”. En otras palabras, en nuestra práctica debemos mirar el fondo de la Hua Tou, hasta que lleguemos a penetrarla. El maestro Kao Feng fue más allá e hizo una afirmación: “Si alguien emprende la Hua Tou, sin que un pensamiento inoportuno le aparezca en el término de siete días, yo he de irme al fondo de los infiernos”.

Cuando los principiantes practican el Zen, tienen siempre dificultades en controlar sus pensamientos vagos, y sufren considerablemente. No saben qué hacer. Lo importante es persistir en vuestra Hua Tou siempre *-caminando, acostados y parados-* de la noche a la mañana, respetándola en forma clara y precisa, hasta que se parezca a la luna de otoño, reflejada limpiamente en las aguas tranquilas. Si practicáis de esta manera, habréis de llegar al estado de Iluminación. Al meditar, si tenéis sueño, siempre podéis abrir bien los ojos y enderezar la espalda, os sentiréis más frescos y más despiertos que antes.

Cuando practiquéis la Hua Tou, no debéis ser ni demasiado ajustados ni demasiado sueltos. Si estáis muy ajustados, tal vez os sintáis serenos y cómodos, pero estaréis a punto de perder la Hua Tou. En consecuencia, caeréis en el “vacío”. En estado de serenidad, si no perdéis la Hua Tou, podréis ascender hasta el fin del palo por el cual habéis subido. Si estáis demasiado flojos, os sentiréis atacados por un exceso de pensamientos no controlados. Os resultará difícil controlarlos. En una palabra, el discípulo del Zen debe ser adecuado, ni demasiado ajustado ni demasiado flojo, en el ajuste debe haber soltura, y en la soltura debe haber ajuste. Practicando de este modo, es posible progresar y unificar la quietud con el movimiento.

Recuerdo que antiguamente, cuando yo practicaba el ejercicio de dar vueltas, en el Monasterio de la Montaña de Oro y otros lugares, los monjes nos hacían correr como galgos. ¡Los monjes sabíamos correr, entonces! Pero cuando sonaba el llamador con la señal de “basta”, entonces todos nos quedábamos parados como estacas. ¡Pensad! ¿Podían surgir en estas condiciones la somnolencia, los pensamientos turbadores?

Cuando uno medita en posición sedente, nunca debe llevar la Hua Tou demasiado arriba; si se la lleva muy arriba, puede sobrevenir un dolor de cabeza. Y no debéis situar la Hua Tou en el pecho; en tal caso, sentiréis incomodidad y tendréis dolor en esa región. Y tampoco debéis llevar la Hua Tou demasiado abajo, en ese caso tendréis trastornos estomacales y veréis visiones engañosas. Lo que debéis hacer es observar la palabra “quién” suavemente, con una mente serena, respirando regularmente, como una gallina que empolla o un gato que acecha a un ratón. Si sois capaces de hacer esto, os encontraréis uno de estos días con que sois capaces de quebrar de repente el fondo de vuestra fuente de vida”.

#### **Cuarto día del primer periodo, 12 de enero.**

“Ya han pasado tres de nuestros siete días. Me alegro mucho de que todos trabajéis con tanta aplicación. Algunos de vosotros me habéis traído algunos poemas y estrofas y me habéis pedido que los comente. Algunos decís haber visto el Vacío, la luz, etc. Nada de esto está mal, pero, juzgando al respecto, estoy seguro de que os habéis olvidado de lo que yo os dije en los dos primeros días. La última noche os dije que la práctica del tao consistía nada más que en seguir y reconocer el Camino. ¿Qué es el Camino? La contemplación interior del Hua Tou, que es como una espada real. Con ella matáis al Buda cuando se presenta, con ella matáis también al diablo. Con esta espada, ni una sola idea aislada permanece, ni un dharma solitario. ¿Cómo es posible, pues, que tengáis la suficiente distracción para componer poemas y estrofas y ver visiones de la luz y del Vacío? Si seguís por este camino, dentro de poco tiempo os habréis olvidado completamente de vuestra Hua Tou. Recordad que practicar la Hua Tou significa contemplarla constantemente, sin un solo instante de interrupción. Como el río que siempre fluye, la mente debe ser lúcida y consciente. Todas las ideas samsáricas y nirvánicas deben ser extirpadas. Como ha dicho el gran maestro Zen, Huan Po:

Practicar el tao  
es lo mismo que defender al Palacio Real durante una invasión.  
Defiéndelo con tu vida  
¡lucha por él con toda el alma!  
Después de todo, si el frío cruel  
no ha penetrado hasta la médula de tus huesos,  
¿cómo podrás sentir  
la fresca fragancia del pimpollo de ciruelo?

Los seres sensibles tenemos la Conciencia Fundamental, la llamada Octava Conciencia que puede designarse como la Reina de las Conciencias. La Reina está atendida por la Séptima, la Sexta y las otras cinco conciencias -*la vista, el oído, el olfato, el gusto y el tacto*-. Estos son los cinco ladrones externos. La Sexta Conciencia es la mente, el ladrón interno. La Séptima se somete a la facultad de conocimiento de la Reina, la Octava Conciencia. Bajo su dirección, la Sexta Conciencia y las cinco restantes se fijan en los colores, los sonidos, los contactos, etcétera. Es así que la Conciencia Principal está atada y no puede dar vuelta la cabeza siquiera. La Hua Tou que practicamos aquí es como una espada afilada con la cual podemos matar a estos ladrones y transformar a la Octava Conciencia en la Sabiduría del Gran Espejo, a la Séptima Conciencia en la Sabiduría de la Igualdad, a la Sexta en la Sabiduría de la Observación y a los cinco sentidos en la sabiduría del hecho cumplido. Pero lo fundamental consiste en transformar primeramente a las Conciencias Séptima y Sexta, pues son estas dos las que dirigen e influyen a las

demás. Su función consiste en distinguir, diferenciar, conceptualizar e inventar. Pero los poemas que vosotros habéis compuesto, la luz del Vacío, etc., que habéis percibido, no son más que las construcciones de estas dos conciencias. Debéis olvidaros de todo esto y aplicaros a vuestra Hua Tou. Asimismo, debéis saber que hay otra acechanza para el discípulo Zen: la meditación inerte, que entorpece el cerebro. Este es el error más grave. Ahora, permitidme que os cuente un koan:

El maestro que fundó el monasterio Shih Tan estudió el Zen con diferentes maestros, y viajó de un lugar a otro. Era una persona muy activa y todo el tiempo practicaba el Zen. Una noche, parado en una posada, oyó a una muchacha que amasaba bollos y cantaba la siguiente canción en un cuarto contiguo:

Oh, Chang es el bollo de arvejas  
y Li también es el bollo de arvejas<sup>18</sup>.  
De noche, cuando pones la cabeza en la almohada  
surgen en tu mente mil ideas.  
Pero al despertarte por la mañana  
sigues amasando bollos.

El maestro Zen estaba practicando la meditación cuando la muchacha cantó esta canción. Al oírla, recibió la Iluminación. Por esta anécdota nos enteramos de que la práctica Zen no debe ser, necesariamente, cumplida en los templos y en las salas de meditación. En cualquier parte, en todas partes es posible lograr la Iluminación, si concentramos la mente en la tarea y no nos dejamos distraer por otras consideraciones”.

### **Último día del segundo período, 23 de junio**

El Maestro se dirigió del siguiente modo a sus discípulos: “Este es el último día de nuestros dos períodos de meditación. Debo felicitar a todos por haber sido capaces de realizar la tarea. Hoy habré de investigar vuestras actividades Zen y veré si habéis realizado adelantos o no. Es menester que os pongáis de pie y, con palabras sencillas y honradas, describáis vuestras percepciones y experiencias a todos. ¡Ea, pues, el que haya recibido la Iluminación, póngase de pie y hablemos!”

Pasó un largo rato y nadie se puso de pie. El Maestro no dijo nada y se retiró del salón.

---

<sup>18</sup> “Chang” y “Li” son dos de los nombres más comunes en China.



## 2. DISCURSOS DEL MAESTRO TSUNG KAO

### A Li Hsien Chen

...Buda dice: “Quien quiera conocer el reino de Buda, éste debe purificar su mente y volverla como el espacio vacío”... Sabed que ese Reino no se alcanza por medio de ninguna práctica religiosa elevada. Lo que uno debe hacer es limpiar los rastros de pasión y de error que se han depositado en las bases de su mente desde los comienzos del tiempo. La mente debe ser vasta y extensa como el espacio mismo, más allá de cualquier determinación psíquica. Todos los pensamientos divergentes y casuales son ilusorios, irreales y vacíos. Al practicar de este modo, la mente que funciona sin esfuerzo se alcanzará espontáneamente y reaccionará naturalmente ante todas las condiciones, sin ningún inconveniente.

### A Huang Po Cheng

Lo que se llama No-Mente no se parece ni a la arcilla ni a la madera ni a la piedra, es decir, a sustancias desprovistas de conciencia; el término, asimismo, tampoco da a entender que la mente permanece quieta, sin tener ninguna reacción, ante los objetos y las circunstancias del mundo. En ella no hay nada impuro, y no se aparece en un estado de impureza. Cuando el discípulo contempla su cuerpo y su mente, los ve como sombras mágicas, o como en un sueño. Tampoco permanece en este estado mágico y onírico... Al llegar a este punto, puede decirse que ha alcanzado el verdadero estado de No-Mente.

### A Ssu Tun Li

La conceptualización es un peligro mortal para los yoguis Zen, más peligroso que las serpientes venenosas y las fieras...<sup>19</sup>. Las personas capaces e intelectuales siempre se detienen en la cueva de la conceptualización; nunca pueden apartarse de ella en todas sus actividades. A medida que pasan los meses y los años, cada vez se enfrasan más en esta actividad. Sin darse cuenta de ello, la mente y la conceptualización se convierten en una sola y misma cosa. Y resulta imposible apartarse de esto, aunque uno quiera hacerlo. Por lo tanto, digo que las serpientes venenosas y las fieras pueden ser evitadas, pero no hay manera de escapar a la conceptualización mental. Los intelectuales y los caballeros de alcurnia tienden a buscar el dharma inasible con una mente posesiva. La mente captadora es una mente capaz de pensar y de calcular, una mente inteligente y penetrante. Pero, ¿qué es el dharma inasible? Es lo que no puede ser concebido ni medido ni comprendido intelectualmente... Yung Chia dice: “La verdadera naturaleza de la ceguera es la verdadera naturaleza del Buda. Este cuerpo (físico) ilusorio es el dharmakaya mismo. Cuando uno comprende el dharmakaya (“comprende”) que nada más existe. A esto se le llama “el estado de Buda primigenio”.

Sabiendo esto, si uno lanza su mente allí donde ni la mente ni el pensamiento llegan, alcanzará el dharmakaya vacío y absoluto. Así uno se emancipa del samsara...

Los hombres siempre se detienen en la cueva del pensamiento y la intelección. En cuanto me oyen decir “hay que librarse del pensamiento”, quedan desconcertados, perdidos, y no saben adónde ir. Deberían saber que esta misma sensación de pérdida y de estupefacción constituye el mejor medio para lograr la realización (liberarse del cuerpo y de la vida).

---

<sup>19</sup> La oración original, traducida literalmente, sería: “La Mente, el Intelecto, la Conciencia (en chino: chin, I, shih; en sánscrito: chitta, manas, vijnana) son estorbos en el camino, más peligrosos que las serpientes venenosas y las fieras... “El maestro Tsung Kao usa aquí la terminología yogachara en una forma muy libre, que es en realidad incorrecta y tiende a confundir. El quería decir que la “conceptualización”, aunque no la mente misma, es un obstáculo. Por lo tanto, una traducción libre, en este caso, es más recomendable.

### **Respuesta a Lu Shun Yuan**

No hay criterio definido para medir las fuerzas del dharma y del karma. El punto esencial consiste en ser consciente de la propia esencia mental en todas las actividades y momentos. Uno debe saber que tanto la fuerza del karma, como la fuerza del dharma, son ilusorias. Si un hombre insiste en librarse del karma y seguir el dharma, ese hombre no comprende al budismo. Si uno es capaz de destruir al karma, entonces descubrirá que también el dharma es irreal. Los hombres suelen ser poco valerosos y de mentes estrechas; siempre suponen que esta práctica es fácil y aquella difícil. No saben que la mente discriminadora, que atribuye facilidad o dificultad a las cosas, que se adhiere o desprende de las Cosas, es la misma mente que nos arrastra al samsara. Si no nos libramos de esta mente, la liberación no es posible.

### **A Tseng Tien Yu**

Por la carta de usted me entero de que es capaz usted de practicar el Zen durante las actividades diarias y las ocupaciones oficiales, sin verse interrumpido o confundido por ellas. A veces se ve usted sumergido en un torrente de preocupaciones mundanas, pero es usted capaz de mantener su mente alerta. Esto es realmente notable. Me complazco de sus vigorosos esfuerzos y de la fuerza creciente de su aspiración, al tao. De todos modos, debe usted comprender que el tumulto de samsara es como una bola de fuego: no tiene fin. Por lo tanto, en el mismo momento de participar de una actividad turbulenta, no debe olvidar usted las sillas de paja y las sillas de bambú<sup>20</sup>. Esa labor superior que usted realiza tan aplicadamente en la tranquilidad debe ser realizada cuando usted esté sumergido en el tumulto de los quehaceres diarios. Si tal cosa le resulta difícil, ello es un indicio probable de que sus progresos no son muy grandes a consecuencia de su trabajo en momentos de tranquilidad. Si usted está convencido de que la meditación en la quietud es mejor que la meditación en medio de la actividad, entonces (cae usted en la trampa de) buscar la realidad destruyendo las manifestaciones, o de abandonar el nexo causal en busca del Nirvana. El momento en que usted anhela la quietud y abomina de la turbulencia es el momento indicado para que ponga usted toda su fuerza en la Obra. De repente la realización que usted ha buscado con tanto ahínco en sus meditaciones de quietud se producirá repentinamente en medio de la agitación. ¡Y este poder, el de emerger de repente, es miles de veces más valioso que el poder que engendra la meditación serena cuando está usted sentado en su silla de paja o de bambú!

### **A Huang Po Cheng**

A los yoguis Zen les resulta fácil vaciar las cosas (exteriores), pero encuentran difícil el vaciar sus mentes (interiores). Si uno es capaz de vaciar sólo las cosas y no las mentes, esto es una prueba de que la mente todavía está subyugada por las cosas. Si uno puede vaciar la mente, entonces las cosas quedarán vaciadas automáticamente. Si uno piensa que ha vaciado la mente, pero en ese momento se presenta la idea de vaciar las cosas, ello es prueba clara de que su mente nunca ha estado realmente vacía y que sigue subyugada por las cosas de afuera. Si la mente se vacía, ¿qué cosas podrían existir fuera de ella?

Tan sólo después de haber penetrado enteramente, uno está en condiciones de decir “el deseo-pasión es la Iluminación y la ceguera es la Gran Sabiduría”.

La mente originalmente vasta, serena y maravillosa es pura, iluminadora y todo lo abarca. Nada puede limitarla; es libre como el firmamento. Hasta el nombre mismo de Buda no puede abarcarla. ¿Cómo es

---

<sup>20</sup> Esto se refiere a los asientos de paja y a las sillas de bambú, construidas especialmente para meditar en ellas.

posible entonces que se encuentren en ella las pasiones-deseos o los puntos de vista erróneos, en oposición a la idea de Buda?

Es como el sol que brilla en un cielo azul, claro y brillante, inmóvil e inmutable, sin crecer ni disminuir. En todas las actividades diarias ilumina todos los lugares y brilla desde todas las cosas. Si usted quiere apoderarse de él, él se aparta; pero si usted lo aparta; él continúa existiendo sin interrupción.

### **A Hsu Tun Li**

Al ponerse a trabajar de acuerdo con el Zen, es menester sumergirse en él con toda la mente y todo el corazón. Esté usted contento o enojado, en un ambiente elevado o mezquino, a la hora del té o de la comida, en casa con su mujer y sus hijos, con visitas, trabajando en la oficina, durante una reunión o un casamiento (o en cualquier forma de actividad) es menester estar alerta y atender a la Obra, porque todas estas ocasiones constituyen oportunidades importantes para obtener la Iluminación. En otros tiempos, el comisionado Li Weng Hu logró la Iluminación mientras ocupaba este alto cargo en el gobierno. El joven Weng Kung obtuvo la Iluminación mientras estudiaba en el Real Instituto de Estudios. Chang Wu Yuen recibió la Iluminación mientras tenía el cargo de comisionado de transportes en la provincia de Chiang Hsi. Estas tres personas profanas nos muestran el ejemplo de una realización de la Verdad sin haber renunciado al mundo, ¿trataron acaso ellos de abandonar a sus esposas, renunciaron a sus cargos y posiciones, se pusieron a comer raíces, a practicar el ascetismo y la frugalidad, evitaron las perturbaciones y buscaron la quietud y el aislamiento con el fin de lograr la Iluminación?

(La diferencia entre la forma en que debe proceder el profano y el monje consiste en que) el monje procura ir de afuera hacia adentro, mientras que el profano procura pasar de lo interior a lo externo. Pasar del exterior requiere un poco de esfuerzo, pero hacerlo desde el interior requiere un esfuerzo considerable. Es así que el profano necesita más energía para realizar la Obra a causa de las condiciones desfavorables en que ha de actuar... El esfuerzo engendrado en esta difícil lucha le permite lograr un vuelco mucho más profundo y poderoso que el del monje; por otra parte, el monje sólo logra un vuelco menor porque, actuando en condiciones más favorables, ejerce menos poder (en el proceso).

### **A Hsu Shou Yuan**

Medir la mente pura por medio del intelecto y de la conceptualización es una actividad tan fútil como los sueños. Cuando la conciencia, plenamente liberada en la quietud, y libre de todo pensamiento procede, esto se llama “la justa realización”. Cuando uno ha obtenido esta realización justa, entonces es capaz de ser tranquilo y natural en todas las ocasiones y todas las actividades, caminando o sentado, de pie o dormido, hablando o en silencio. Uno llegará a no ser perturbado por ninguna circunstancia. El pensamiento y la falta de pensamiento se purifican.

¡Ay, debo explicar el asunto con tantas palabras porque soy incapaz! Si digo, literalmente, que tenemos algo con qué trabajar, entonces traiciono lo que quiero decir.

### **Respuesta a Lu Lung Li**

Vaya usted al fondo de su mente y pregúntese: “¿De dónde proviene la idea de esta ansia de riquezas y honores? ¿Adónde irá después el pensador?” Se encontrará usted con que no puede contestar a ninguna de estas dos preguntas. Entonces se sentirá usted perplejo. Este es el momento en que debe practicarse la Hua Tou: ¡esté seco! No piense usted en nada más. Manténgase en esta Hua Toa... Repentinamente se sentirá usted perdido y despertará.

El peor sistema consiste en citar las Escrituras y dar explicaciones o comentarios que prueban “comprensión”. Por muy bien que componga usted las cosas, está usted tratando de encontrar a un ser vivo entre fantasmas. Si uno no puede quebrar la “sensación de duda” uno está limitado por la vida y la muerte; si uno puede quebrarla, su mente samsárica se extinguirá. Si se extingue la mente samsárica, las ideas del Buda y del dharma también se extinguirán. En tal caso, cuando ya no estén ni siquiera las ideas del Buda y del dharma, ¿de dónde podrán surgir las ideas de los deseos-pasiones y de los seres sensibles?

### **A Yung Mao Shih**

Si ha decidido usted practicar el Zen, la primera advertencia, la más importante, es: no apresurarse. Si usted se apresura, sólo logrará atrasarse. Tampoco debe usted ser demasiado flojo, porque en ese caso caerá en la pereza. La tarea ha de realizarse en forma similar a la del músico que ajusta las cuerdas de su instrumento: ni demasiado tensas ni demasiado flojas.

Debe usted observar esa parte que en usted entiende, toma decisiones y formula juicios. Observe usted esta parte todo el tiempo en medio de sus actividades diarias. Con corazón decidido, procure usted descubrir de dónde provienen estas actividades mentales. Al proceder de esta manera aquí y allá, en este momento y en el otro, las cosas que le resultan familiares y que tiene usted la costumbre de realizar, se vuelven desconocidas y las cosas que le son desconocidas (la labor Zen) se le vuelven poco a poco familiares. Cuando la labor pueda realizarse fácilmente, esto quiere decir que se han hecho progresos. Y del mismo modo, cuando la labor se ejecuta bien, usted sentirá que le resulta fácil. De esta manera, se logra un criterio de apreciación.

### **A Tseng Tien Yu**

La parte que distingue, juzga y toma decisiones es la conciencia sensible. Esta es la parte que vaga en el samsara. El desconocimiento de esta conciencia sensible representa un peligro potencial, ya que muchos estudiantes de Zen se aferran a ella y la toman por el Tao. Estos estudiantes suben y bajan como un pedazo de madera que flota en el mar. Pero si uno es capaz de dejar todo de golpe, librarse de todo pensamiento y toda deliberación, entonces uno tiene la impresión de haber tropezado con una piedra y haber caído de narices. Instantáneamente se comprende que esta conciencia sensible es la verdadera, vacía y maravillosa sabiduría. Ninguna otra sabiduría puede obtenerse... Esto recuerda al hombre que, en medio de su confusión, piensa que el Oeste es el Este. Pero al despertar comprende que el Oeste es el Este. No hay ningún Este que encontrar. Esta sabiduría verdadera, vacía, maravillosa, vive eternamente, como el espacio. ¿Ha encontrado usted alguna vez algo que obstruya al espacio? El espacio no es obstruido por nada y a nada impide moverse dentro de su ámbito.

### **A Ssieh Kuo Jan**

Si uno es capaz de comprender instantáneamente la verdad de la no existencia, sin librarse de la lujuria, el odio y la ignorancia, entonces puede apoderarse de los instrumentos del Rey-Demonio y utilizarlos con fines contrarios. Podrá entonces convertir a estos malignos compañeros en ángeles que protegen el dharma. Esto no se hará en forma artificial o compulsiva. Está en la naturaleza misma del dharma.

### **A Ssiung Hsu Ya**

En todas las actividades diarias y contactos es posible mantener la atención y poner fin a la desatención. De este modo, a medida que pasan los días y los meses, la mente se convertirá finalmente en un todo continuo. ¿A qué me refiero cuando digo “contactos”? Me refiero a que, cuando está usted enojado o feliz, en una ocupación oficial, recibiendo visitas, descansando con su mujer y sus hijos, pensando cosas buenas

o malas..., todas estas son ocasiones y excelentes oportunidades para lograr “la irrupción repentina”. Esto tiene mucha importancia; no lo olvide usted.

### **A Ssieh Kuo Jan**

Los Ancianos de otros tiempos decían: “Pon toda tu mente en el asunto y trabaja con encarnizamiento. El dharma nunca te abandonará”.

### **A Chen Chi Jen**

Cuando se vea usted envuelto en tumultos y agitaciones que no está en condiciones de evitar, piense usted que éstos son los mejores momentos para trabajar el Zen. En cambio, si realiza usted un esfuerzo para suprimir o corregir sus pensamientos, se aparta usted del Zen. Lo peor que puede hacer un estudiante es intentar corregir o suprimir sus pensamientos en medio de circunstancias inevitables. Los maestros de la antigüedad han dicho:

“Las distinciones no existen:  
sólo la Iluminación del Vacío  
refleja todas las manifestaciones dentro de sí”

Tome usted esto en cuenta.

Si utiliza usted una cota de esfuerzo para lograr la Iluminación, no la logrará. Si realiza usted tal esfuerzo, intenta aferrar espacio con las manos, y esto es una pérdida de tiempo.

### 3. DISCURSOS DEL MAESTRO PO SHAN

Cuando se trabaja con el Zen, lo importante consiste en generar la **I-chin**<sup>21</sup> (sensación de duda). ¿En qué consiste esta sensación de duda? Por ejemplo: ¿de dónde provengo yo?, ¿dónde estaba antes de mi nacimiento y adónde iré después de mi muerte? Como uno ignora la contestación a estas preguntas, en la mente surge un fuerte sentimiento de “duda”. Aprieta esta “masa de duda contra tu frente y mantenla ahí incesantemente, hasta que no puedas apartarla o bajarla, aunque ése sea tu deseo. De repente descubrirás que la duda ha sido aplastada, que la has pulverizado”. Los antiguos maestros decían: “Cuanto mayor es la duda, más grande es el despertar: cuanto menor es la duda, más pequeño es el despertar. Cuando no hay duda, no hay despertar”.

En el Zen, lo peor que puede hacerse es aferrarse a la quietud, porque entonces la quietud hará que te concentres en la absoluta tranquilidad. De esta manera se desarrollará en ti una fuerte afición a la quietud y una aversión a cualquier clase de actividad. Los que han vivido en medio del tumulto y del ruido de los negocios humanos experimentan la felicidad de la quietud, se sienten seducidos por su dulzura y la echan de menos como un viajero fatigado que busca un retiro apacible para echarse a dormir. ¿Cómo es posible que estas personas retengan una actitud despierta?

Cuando se trabaja con el Zen, no se ve el cielo al levantar la cabeza, ni la tierra al bajarla. Para el discípulo, una montaña no es una montaña y el agua no es el agua. Cuando camina o está sentado, no es consciente de lo que está haciendo. Aunque esté entre cien mil personas, no ve a nadie. Fuera y dentro de su cuerpo y mente nada existe fuera del peso de la sensación de duda. Este sentimiento puede ser descrito como “la transformación de todo el mundo en un torbellino confuso”.

Un yogui Zen debe obrar resueltamente hasta quebrar la masa de dudas. Este punto es fundamental.

¿En qué consiste esta transformación de todo el mundo en un torbellino confuso? Esta es una referencia a la gran Verdad, que desde los principios del tiempo existe en forma latente e inactiva: nunca ha sido extraída. Por lo tanto, un yogui Zen debe lograr que los cielos giren, que la tierra y las aguas se agiten: obtendrá grandes beneficios de las olas movientes.

Cuando se trabaja en el Zen uno no debe preocuparse de la vida después de la muerte<sup>22</sup>; lo que debe preocuparlo es la necesidad de abandonar el estado viviente. Si uno realmente puede aislarse en la **I-chin**, el mundo del movimiento será vencido realmente, sin necesidad de realizar ningún esfuerzo específico para vencerlo, y los pensamientos divergentes se purificarán sin que medie ningún esfuerzo para purificarlos. De modo plenamente natural, los seis sentidos deben sentirse espaciosos y vacíos. Al

---

<sup>21</sup> I-chin. Es un importante término Zen, que significa “sensación de duda”, o el “sentimiento de duda”.

Todo el sistema de los ejercicios koan se basa en la generación y en la ruptura subsiguiente de esta “sensación de duda”. La “duda”, en el sentido que aquí se le da, no es la duda en el sentido corriente de la palabra; es, más bien, un tipo especial de duda *-una duda sin contenido-* o, más brevemente, la pura sensación de la duda *per se*. A veces, los budistas Zen usan también la expresión “masa de duda” con el fin de indicar que esta sensación es como una masa o peso que gravita en la mente. Aunque i-chin designa originalmente la sensación de duda suscitada por el ejercicio koan, el maestro Po Shan la emplea en un sentido más amplio, que indica no sólo la sensación primera de duda, de acuerdo al término, sino que incluye todas las experiencias Zen avanzadas, inducidas por los ejercicios koan.

<sup>22</sup> “Revivir después de la muerte” es una frase Zen que designa el estado avanzado de iluminación. El que llega a este estado no sólo alcanza el aspecto del vacío (alegóricamente, la muerte) sino también el aspecto dinámico (alegóricamente, la vida) del ser, viéndolos simultáneamente. Esta captación de la vitalidad dinámica de todas las cosas es lo que el Zen llama “resucitar” (en chino: Ta Huo)

alcanzar este estado, el yogui se despertará al más leve roce y reaccionará al más leve llamado. ¿Por qué, pues, ha de preocuparse uno por la imposibilidad de revivir?

Cuando se trabaja en el Zen, es menester concentrarse en un solo Koan y no tratar de entender o explicarlos a todos. Aunque uno pueda entenderlos, esto debe ser una comprensión meramente intelectual, no una realización verdadera. El sutra del loto dice: “Este dharma no se comprende por medio del pensamiento y del intelecto”. El sutra de la Iluminación total declara: “Percibir el reino de la Iluminación del **Tathagatha** con la mente reflexiva es equivalente al intento de quemar a la montaña Sumeru con la luz de una luciérnaga: el intento está destinado al fracaso”.

Cuando se trabaja en el Zen, el discípulo aplicado tendrá la sensación a veces de haber levantado un peso de mil libras, y de que, aun en el caso de querer bajarlo, no puede hacerlo.

En tiempos remotos los hombres podían entrar en Dhyana mientras labraban la tierra, recogían duraznos o se ocupaban de cualquier cosa. Entonces no era necesario sentarse inmóvil por periodos prolongados, procurando suprimir a la fuerza el pensamiento. ¿Quiere decir la palabra Dhyana la supresión del pensamiento? En este caso, se trata de un Dhyana degradado, no el Dhyana del Zen.

Al ocuparse del Zen, el mayor peligro consiste en racionalizar, conceptualizar o intelectualizar el Tao con la propia inteligencia. Si uno hace tal cosa, nunca alcanzará el Tao.

Al ocuparse del Zen, uno no sabe si camina o está sentado. Nada existe para la mente fuera del Hua Tou. Antes de penetrar la masa de duda, el discípulo pierde la sensación de su cuerpo y de su mente, sin que sea necesario mencionar los estados pasajeros, como caminar o estar sentado.

Al trabajar en el Zen no debe esperarse la llegada de la Iluminación con una mente expectante. Esto es como el hombre que se pone de viaje y se sienta en el camino a la espera de que el lugar de destino llegue hasta él. El viajero nunca llegará de esta manera. Para llegar debe ponerse en marcha. Del mismo modo, al trabajar el Zen, nunca se alcanzará la Iluminación esperándola simplemente. Es menester hacer un esfuerzo con toda la mente para lograr la Iluminación. La obtención de la Iluminación es semejante al súbito Florecimiento de la flor de loto o al súbito despertar del hombre que sueña. No es posible despertar de un sueño si uno se pone a esperar este despertar, pero el despertar es automático cuando cesa el dormir. Las flores no esperan para florecer, sino que florecen cuando les llega el momento. Del mismo modo, la Iluminación llega naturalmente cuando las condiciones han madurado. En otras palabras, uno debe ejercer toda su fuerza a fin de penetrar en el Hua Tou, esforzándose al máximo para Lograr la realización. No debéis entender mal lo que he dicho y esperar que se presente el despertar. En el momento de despertar, las nubes se desvanecen y el cielo claro brilla vasto y vacío; nada puede oscurecerlo. En ese momento los cielos dan vueltas y la Tierra hace cabriolas. Se presenta un mundo enteramente diferente.

Los maestros antiguos decían: “El Tao, como el gran Vacío, todo lo incluye. No carece de nada y nada permanece en él”. Si uno alcanza el estado de vaciedad flexible<sup>23</sup> ya no ve ningún mundo fuera y ningún cuerpo o mente dentro. Sólo entonces puede considerarse que se ha aproximado a la entrada del Tao.

Al trabajar el Zen, es menester tener presente los cuatro puntos siguientes: practicar con absoluto desprendimiento y completa libertad, de manera aplicada, directa, continua y flexible.

---

<sup>23</sup> El término chino yung huo, el estado de “vaciedad flexible”, es extremadamente difícil de traducir adecuadamente. Yung significa “fundir”, “armonioso”, y huo significa “hueco”, “vacío”, “espacio”, etc. Cuando yung y huo se combinan, la expresión tiene el sentido especial de esa sensación de “plena libertad” que experimentan los adeptos del Zen. Aunque “vaciedad flexible” no es una traducción satisfactoria de yung huo, el traductor no ha podido encontrar nada mejor.

Si la práctica no es directa, el esfuerzo se vuelve completamente inútil, y sin esfuerzo el carácter directo es inútil, ya que por si solo no puede llevar a la entrada del Tao. Sin embargo, en cuanto se llega a la entrada, es menester mantener una continuidad in-interrumpida con el fin de lograr un estado de conformidad con la Iluminación. En cuanto se logre este estado, es menester tratar de alcanzar la flexibilidad vacía. Tan sólo de esta manera puede alcanzarse el estado de asombro<sup>24</sup>.

En la antigüedad los hombres dibujaban círculos en la tierra con cal, para dar a entender su determinación de que, hasta obtener la verdad última, no habrían de abandonar el círculo. Pero ahora los hombres dibujan círculos frívolamente y pretenden estar en posesión de un espíritu libre y vivaz. ¡Qué ridículo es todo esto!

Si durante la práctica experimentáis sensación de ligereza o llegáis a algún descubrimiento o entendimiento, no debéis suponer por esto que la cosa constituye una verdadera “realización”. Hace algún tiempo yo, Po Shan, me puse a practicar el koan “Sin rastros”. Un día, mientras estaba leyendo el libro de “La Transmisión de la Lámpara”, me encontré con la anécdota que cuenta cómo Chao Chou le dijo a un monje: “Tienes que encontrarte con una persona que está a tres mil millas para obtenerlo (el Tao)”. De repente me pareció que había arrojado lejos de mí un peso de mil libras y sentí que había obtenido la gran “realización”. Pero cuando me encontré con el maestro Pao Fang, me di cuenta de cuán ignorante era y me avergoncé de mí mismo. Es menester tener presente que, aun después de haber obtenido el Wu (Satori) y sentirse asegurado, no puede considerarse el trabajo realizado mientras no se haya consultado a un gran maestro.

El trabajo Zen no consiste en recitar sencillamente un koan. ¿De qué sirve repetir una frase una y otra vez? Lo esencial es suscitar “la sensación de duda”, sea cual sea el koan practicado.

Al practicar el Zen es importante no perder de vista el pensamiento justo. Este es el pensamiento de **Tsen**, que significa “penetrar”<sup>25</sup>.

Si uno se olvida del **tsen**, naufraga necesariamente. Algunos yoguis Zen se concentran en la meditación serena y se aferran a la sensación de quietud y limpidez. A esta experiencia la consideran una experiencia de absoluta pureza, desprovista de toda mácula, como el budismo. A esto me refiero yo cuando hablo de la pérdida del pensamiento justo y de la serenidad lúcida. Algunos yoguis Zen consideran que el alma-conciencia que lee, habla, se sienta y se mueve es el punto de apoyo del budismo. Algunos que controlan los pensamientos divergentes y no permiten que surjan, creen que esto es budismo. Sin embargo, no hacen más que utilizar un pensamiento ilusorio para suprimir un pensamiento ilusorio. La actividad es semejante a la que consiste en aplastar la hierba con una piedra o extraer las hilachas de una banana una tras otra; la operación es interminable. Algunos consideran que la conciencia-alma es espacio, o logran parar completamente sus pensamientos, pero esto es también una manera de equivocarse.

Al practicar el Zen, suscitar “la sensación de duda” no es suficiente. Es necesario perforarla. Si esto no se logra, es menester disponer toda su fuerza, todos sus nervios y continuar el intento.

---

<sup>24</sup> “El Estado de Asombro” (en chino: hua chin) es otra frase intraducible, muy usada por los adeptos del tao y el Zen. Hua significa “transformación”, “cambio”, “fundir”, “desaparecer” y “asombro”; chin significa “reino”, “estado”, “experiencia”, etc. Hua chin es, así, un estado de fusión de todos los obstáculos, un estado de liberación y de asombro.

<sup>25</sup> Tsen Chan (en japonés: Zan-Zen) es “perforar la labor del Zen”. Tsen es un verbo que significa “perforar”, “atravesar” o “penetrar”. Tsen chan implica, por lo tanto, que al practicar el Zen uno debe penetrar en las honduras de la propia mente. El esfuerzo de “penetración” es lo que subraya la palabra tsen.



Chao Chou decía: “En los últimos treinta años nunca me he distraído, salvo para comer o vestirme”. También decía: “Si concentráis vuestra mente en el principio, os sentáis y pensáis en él durante veinte o treinta años, y aún no entendéis nada, entonces, ¡cortaos el pescuezo!”

Yun Men decía: “Hay dos clases de enfermedad que impiden a la luz ser plenamente libre. En primer término, el yogui piensa que la luz no ilumina incesantemente todos los lugares, y que algo sigue apareciendo ante él. En segundo término, aunque haya penetrado a través de la vaciedad de todos los dharmas, en forma débil y desmayada, parece que, de todos modos, algo sigue existiendo. Esto es un síntoma de que la luz no penetra con entera libertad.

“Asimismo, hay dos enfermedades del Dharmakaya. En primer lugar, si alguien que ya ha obtenido el Dharmakaya sigue aferrado al dharma y mantiene su propio punto de vista, entonces no hace más que adherir a un lado del Dharmakaya. En segundo término, si uno penetra en el Dharmakaya pero no puede apartarse de él, después, es menester ser sumamente precavido y examinar el propio comportamiento: si permanece la más leve traza de un objeto, esto también es una insuficiencia”.

A mi modo de ver, la falta proviene aquí de que se toma a un objeto por la Verdad. El discípulo no se ha aislado aún de la cosa misma”, ni la ha penetrado ni la ha rodeado con su cuerpo ni ha soplado<sup>26</sup>. Si una persona que ha alcanzado esta etapa alberga pensamientos divergentes, está poseída por el demonio y, al hacer una vana demostración de sus conocimientos, hace más daño que beneficio.

Hsuan Sha decía: “Algunas personas sostienen que la naturaleza de la Sabiduría es inherente a la conciencia clara y vivida, que lo que es consciente de ver y de oír es la Sabiduría misma. Ellos consideran a los cinco **Skandhas** (la conciencia del grupo) como al maestro. ¡Tales maestros llevan los hombres a su perdición! Son elementos de perdición. Permitidme que os formule una pregunta: si esta conciencia clara es la verdadera conciencia, ¿a qué se debe que, durante el sueño, perdéis esta clara conciencia? ¿Entendéis? Este error ha sido descrito como “el reconocimiento del ladrón como el propio hijo”. Aquí obra la raíz misma del samsara, que genera y alimenta todo pensamiento habitual y toda clase de ideas ilusorias”.

Por último, Hsuan Sha dijo: “...algunas personas concentran sus pensamientos, controlan sus mentes y mezclan todo en el Vacío. Cierran los ojos y se olvidan de todo. En cuanto surgen los pensamientos divergentes, los apartan. Suprimen hasta los pensamientos más sutiles. Esta especie de práctica y de entendimiento constituye una trampa para los herejes del vacío. Estos practicantes son cadáveres vivientes. Se vuelven fríos, impasibles, insensibles y torpes. ¡Son semejantes a estúpidos ladrones, que tratan de robar una campana llenándose los oídos de algodón!”

### **Recomendaciones a Quienes no Pueden Suscitar “La Sensación de Duda”**

Al trabajar el Zen, algunas personas, a causa de su incapacidad para suscitar “la sensación de duda”, empiezan a estudiar libros y ocuparse de palabras. Es así que utilizan los dichos y las enseñanzas de los budas y los patriarcas, racionalizándolos a fin de explicar los koans. Es así que racionalizan los koans en vez de “perforarlos” (**tсен**). A éstos no les gusta que se les interrogue sobre koans que son muy difíciles de resolver. Estas personas deben buscar buenos maestros, pues de lo contrario los demonios se posesionarán de ellos y ya nadie podrá salvarlos.

Al practicar el Zen, algunas personas que no son capaces de producir la “sensación de duda” se ponen a suprimir la aparición de pensamientos. Cuando todos los pensamientos han sido suprimidos, estas personas experimentan una serenidad lúcida y pura, muy clara, sin la menor mácula. Sin embargo, esto

<sup>26</sup> Palabra zen que expresa libertad y liberación.

constituye la raíz de una conciencia que no puede perforar. Esta es la conciencia en el reino de la vida y de la muerte (samsara). No es el Zen. El error de ellos consiste en que, al iniciar sus prácticas de Zen, no trabajaron suficientemente el Hua Tou, por eso la sensación de duda no se produjo. En consecuencia: o suprimen el pensamiento y se convierten en herejes del vacío o, engañados por una vanidad complaciente, se descarrían y engañan a los ignorantes, impidiendo que los hombres avancen por el camino de la Iluminación.

Al practicar el Zen, hay personas que, a causa de su incapacidad para suscitar la “sensación de duda”, se permiten toda clase de libertades y pretenden vivir y actuar como personas libres y liberadas. Cuando se encuentran con otros, se ponen a cantar, a bailar, a reír y a hacer toda clase de extravagancias. Componen poemas en las riberas de los ríos y cantan himnos en los bosques. Además, hablan de más, cuentan historias humorísticas, se pasean por los bazares y los mercados y se proclaman a si mismas “personas que han llegado”, y cuando ven a unos maestros que construyen templos, establecen órdenes religiosas, meditan, oran o se dedican a las buenas obras, se ponen a reír y los ridiculizan. Llenos de orgullo, vanidad y presunción se ponen a ridiculizar a la virtud. Incapaces de practicar el Tao, crean dificultades a los otros. Incapaces de recitar los sutras y hacer prácticas religiosas, las obstaculizan a los demás. Ellos mismos son incapaces de **tsein** Zen (penetrar en el Zen) e impiden que los demás lo logren. Aunque son incapaces de fundar templos o predicar el dharma, se ponen en el camino de los demás. Cuando los maestros pronuncian sermones se aproximan y los importunan con preguntas embarazosas, pavoneándose ante el público, exigiendo más y más respuestas, golpeando las manos y haciendo toda clase de observaciones frívolas y tontas. Los maestros son sabios y contemplan estas actitudes como si contemplaran fantasmas. Si el maestro no presta atención a estas frivolidades, estos energúmenos andan diciendo por todas partes que es un ignorante. ¡Qué lamentable es esto! ¡Cuán triste es! Esto ocurre porque los pensamientos samsáricos se han apoderado de estas personas, que han tomado el camino del diablo y cometen innumerables pecados. En cuanto agoten su karma benéfico, irán derechos al infierno. ¡Es una historia triste!

### **Advertencia a Quienes Pueden Suscitar la “Sensación de Duda”**

Al practicar el Zen, se está en conformidad con el principio del dharmakaya si se logra producir la “sensación de duda”. El practicante ve a la tierra iluminada, no ve obstáculos ante si. Pero si supone que éste es el Tao y no quiere abandonarlo, no hace más que ver un lado del dharmakaya y no logra cortar la raíz de la vida. El practicante cree que aún queda algo del dharmakaya que ha de ser entendido, algo de lo cual puede apropiarse y gozar. No comprende que estos pensamientos son infantiles. Una persona de este tipo no ha cortado la raíz de la vida (la causa del samsara) y está enteramente echada a perder. Esto no es Zen. Si se llega a este estado, es menester poner en movimiento el cuerpo y la mente y meditar, sabiendo que no hay nada que hacer, Los maestros de la antigüedad decían:

“Valerosamente avanza  
hasta el borde del abismo;  
arrójate al abismo  
con decisión y valor.  
Vivirás después de muerto:  
créeme, ésta es la verdad”.

Al practicar el Zen, si se logra producir la “sensación de duda” se está en conformidad con el principio del dharmakaya y todo el mundo se convierte en un torbellino. En medio de las olas y los remolinos, el practicante alcanzará una gran felicidad. Sin embargo, al alcanzar este estado, el yogui Zen puede aferrarse a esta maravillosa experiencia que lo embarga. Es así que no avanzará ya, aun en el caso de que se lo empuje, ni retrocederá, aunque se lo detenga. Por lo tanto, no puede poner todo su cuerpo, toda su mente a la obra. Es como un mendigo que ha encontrado una montaña de oro. Aunque sabe que es de oro,

no puede llevársela consigo y gozar de ella a voluntad. Esto es lo que los viejos maestros llamaban “la guardia del tesoro”. Un hombre de esta clase está completamente enfermo. Esto no es el Zen. Cuando se llega a este estado, es menester no atender al peligro y a la muerte; sólo así puede estarse de acuerdo con el dharma.

Como dijo el maestro Tien Tung: “Todo el universo se convierte en arroz cocido. Uno puede meter las narices en el plato y comer todo lo que uno quiere”. Por lo tanto, si a esta altura no puede hacer tal, es como si estuviera sentado junto a una fuente de arroz o flotara en el océano *-no puede comer el arroz ni beber el agua-*. ¡Está muerto de hambre y de sed! ¿De qué sirve esto? Por lo tanto, el proverbio dice: “Después de la Iluminación, es menester visitar a los maestros Zen”. Los antiguos sabios demostraron la sabiduría de esto cuando, después de su iluminación, visitaban a los maestros Zen y realizaban grandes progresos. Una persona que se aferra a su realización y no quiere visitar a los maestros es una persona que se engaña a sí misma.

Al practicar el Zen, si uno puede suscitar la sensación de duda, de conformidad con el principio del dharmakaya, comprenderá que las montañas no son las montañas y el agua no es el agua. La tierra entera se vuelve de repente completa, no carece de nada. De la misma manera, cuando surge en la mente un pensamiento discriminatorio, se levanta un telón ante él, que cubre su cuerpo y su mente. Cuando quiere recobrar esta realización, ésta se niega a volver. Procura penetrarla, pero esto no es posible. A veces, cuando practica, cree que está allí, pero cuando la deja, se convierte en nada. Este es un hombre “que no puede abrir la boca y respirar, un hombre que no puede mover el cuerpo y cambiar el paso”. En ese momento no puede hacer nada por sí mismo. Al alcanzar este estado, todo su cuerpo aparece completamente enfermo. Esto no es Zen. En tiempos antiguos, los hombres practicaban el Zen en forma simple. Sus mentes estaban concentradas sinceramente. Cuando producían la sensación de duda, comprobaban que la montaña no era una montaña y que el agua no era el agua, pero no hacían reflexiones discriminatorias ni suscitaban ideas derivadas. En forma tenaz hacían sus prácticas y, de repente, la sensación de duda se quebraba y sus cuerpos se llenaban de ojos. Entonces veían que la montaña seguía siendo una montaña y el agua seguía siendo el agua. Aquí no podía encontrarse ni rastros de vaciedad. ¿De dónde habían provenido estas montañas, estos ríos y la misma Tierra? En realidad, nada de esto ha existido realmente. Cuando uno llega a este estado, debe visitar a los maestros Zen; de lo contrario, puede equivocarse nuevamente. Porque el camino erróneo tiene muchos vericuetos. Si uno llega a este estado, pero sigue esforzándose por lograr progresos y no tropieza con los árboles caídos, yo, Po Shan, tendré el placer de trabajar con él como mi compañero y mi amigo.

Al practicar el Zen, si uno puede producir “la sensación de duda”, entonces está de acuerdo con el principio del dharmakaya. Sin embargo, a veces, parece que hubiera algo brumoso ante el practicante, como si hubiera allí algo concreto. Aferrándose aún a esta bruma y dudando de una cosa y de otra, el practicante se dice que ha entendido la verdad del dharmakaya y que ha entendido la naturaleza del Universo. No se da cuenta que está viendo una visión ilusoria, una visión creada por el pestañeo. Está completamente enfermo. El hombre que se ha sumergido realmente en la Verdad debe sentir que:

Cuando el mundo se extiende diez pies  
el antiguo espejo se ensancha para darle cabida.  
Con su cuerpo intrépido frente a todo el universo  
es incapaz de encontrar los seis sentidos, los objetos  
de los sentidos o la ancha Tierra.

Como en este estado los órganos, los sentidos, todos los objetos y hasta la misma Tierra se vacían y ya nada existe, ¿dónde es posible encontrar rastros del cuerpo, de los objetos, de la materia, la nebulosa apariencia de algo que existe? El maestro Yun Men nos ha indicado esta trampa. Si uno puede aclarar este error, las otras faltas se disolverán automáticamente. Yo siempre advierto a mis estudiantes de que muchas

clases de deficiencias predominan en el reino del dharmakaya. Lo más importante consiste aquí en adquirir de golpe la enfermedad más grave. Tan sólo así es posible reconocer las raíces mismas de la enfermedad. Aunque todos los seres sensibles sobre la tierra practicaran el Zen, ninguno de ellos sería inmune a la enfermedad del dharmakaya. Por supuesto, esto no se aplica a las personas llenas de ceguera y estupidez.

Al practicar el Zen, si uno logra producir la sensación de duda, está de acuerdo con el principio del dharmakaya. El discípulo considera entonces lo dicho por los antiguos maestros:

“Toda la Tierra no es más que uno de mis ojos,  
nada más que una chispa de mi luz esclarecedora.  
Toda la Tierra está encerrada en esta chispita dentro de mí”.

El practicante empieza entonces a intelectualizar y cita frases de los sutras, como “todas las verdades de los infinitos universos están encerradas en una minúscula partícula de polvo”. Con estas sentencias intenta llegar a un concepto de la verdad, y no está dispuesto a avanzar por este camino. En realidad, se ve atrapado dentro de una situación en la cual no puede morir ni seguir viviendo. En realidad, aunque con su intelecto racionante se tiene a sí mismo por un ser esclarecido, lo cierto es que su cuerpo está lleno de enfermedad. Aun no ha adquirido el Zen. Sus experiencias pueden estar de acuerdo con el principio (**li**), pero si no puede pulverizar esta experiencia y reducirla a la nada, todo su entendimiento adquirido no es nada más que un obstáculo para **li** (la verdad). El practicante se ha detenido al borde mismo del dharmakaya y como ha sido llevado por su mente razonadora, nunca podrá penetrar en la profundidad del **li**. Incapaz de terminar con este mono agitado, ¿cómo podrá revivir después de la muerte? Un estudiante de Zen debe saber esto desde el principio mismo, cuando se presenta la sensación de duda, y debe tratar de vivir de conformidad con **li**. Lograda esta conformidad, debe tratar de llegar a las profundidades de ésta. Al llegar aquí, debe intentar dar una voltereta desde la cumbre del risco de ocho mil pies de altura y lanzarse a la llanura, emergiendo luego del río Yang mediante movimientos de las manos.

Esta es la forma en que un gran hombre debe practicar el Zen.

Al practicar el Zen, uno está de acuerdo con el principio del dharmakaya si logra reproducir la “sensación de duda”. En marcha, parado, sentado o durmiendo, el practicante siempre tiene la sensación de estar envuelto en luz solar o en el calor de una lámpara. Pero a veces la experiencia es chata e insípida. Entonces el practicante deja todo de lado y medita hasta que llega a un estado diáfano como el agua, brillante como una perla, claro como el viento, refulgente como la luna. Entonces el practicante siente que cuerpo y mente, la Tierra y los Cielos se funden en un todo transparente *-puro, alerta y despierto-*. Entonces empieza a pensar que ésta es la Iluminación final. Lo cierto es que no puede olvidar su cuerpo ni marchar por el mercado con las manos a ambos lados del cuerpo, ni está dispuesto a visitar a los maestros Zen en busca de advertencias y consejos. Asimismo, el practicante puede hacerse algunas curiosas ideas sobre la pureza de la Iluminación y declarar que su experiencia constituye la verdadera Iluminación. En realidad, su cuerpo está rebosante de enfermedad. Este hombre no ha alcanzado el Zen.

Al practicar el Zen, se estará de acuerdo con el principio del dharmakaya si se recrea la “sensación de duda”. El practicante puede considerar entonces que el dharmakaya es algo sobrenatural. Atento a esta idea, empieza a ver luces, auras, y toda clase de visiones. Cree que éstas son revelaciones divinas y lleno de orgullo empieza a contarlas, diciendo que ha obtenido la Gran Iluminación. Lo cierto es que su cuerpo está lleno de enfermedad. Esto no es el Zen. El practicante debería saber que estas visiones son consecuencia de su concentración en los propios pensamientos engañosos, o que son combinaciones demoníacas que aprovechan la oportunidad, o, posiblemente, visiones enviadas por seres celestiales o dioses *-Indra, por ejemplo-* a fin de ponerlo a prueba. Las prácticas de meditación de la Escuela de la Tierra Pura, proporcionan un ejemplo del primer caso, es decir, la creación de visiones mediante la

concentración en pensamientos ilusorios. Los practicantes de la Escuela de la Tierra Pura meditan sobre imágenes de los budas y los bodhisattvas, como están descritas en los sutras de las Dieciséis Observaciones. Todas estas experiencias, de acuerdo con las enseñanzas de la Escuela de la Tierra Pura, son buenas.

Del segundo caso, la oportunidad tomada por los demonios para invadir la mente del practicante y confundirlo con visiones engañosas, hay una clara descripción en el sutra Surangama: “Si en el momento de lograr el vacío la mente del yogui sigue aferrada a alguna cosa, los demonios presentarán formas engañosas ante sus ojos”.

Ejemplo del tercer caso es el del dios Indra, que evocó figuras aterradoras con el fin de asustar al Gautama Buda antes de su Iluminación. Como el Buda no se asustó, Indra suscitó formas de bellas mujeres para tentarlo, pero el Buda no las deseó. Entonces Indra se presentó ante el Buda en su forma originaria, le rindió pleitesía y dijo: “Es posible mover las grandes montañas, es posible agotar los océanos, pero no es posible conmover a tu mente”. También hay un proverbio Zen que dice:

“Las prácticas de los demonios son agotables  
pero no lo es la mente de un viejo.  
¿Cómo podrá agotarse  
si nada ve y nada oye?”

El hombre que practica realmente el Zen no tiene tiempo para visiones ilusorias ni para pensamientos adventicios, aunque le aprieten la garganta con un cuchillo afilado. Si la experiencia está de acuerdo con la Verdad, el practicante comprende que no existe ninguno objeto fuera de su propia mente. ¿Es posible que exista una visión fuera de la mente que la refleja?

Al practicar el Zen, uno está de acuerdo con el principio del dharmakaya si reproduce la “sensación de duda”. En tal caso es capaz en todo momento de experimentar una ligereza y soltura de cuerpo y de mente, una plena libertad en todas las actividades y circunstancias, la sensación de que nada se le opone. Esto, sin embargo, no es más que el indicio de que se está en el estado inicial del encuentro con el Tao. Esto no es más que la acción de los cuatro elementos que obran armónicamente sobre el cuerpo físico. Es un estado temporal y contingente, en modo alguno absoluto o permanente. Las personas poco instruidas que lo alcanzan imaginan que ésta es la gran Iluminación, abandonan la “sensación de duda” y ya no realizan ningún esfuerzo para progresar en la labor Zen. Aunque hasta cierto punto son capaces de penetrar en la Verdad (**li**), no comprenden que las raíces de la vida aun no están cortadas en ellos. Por lo tanto, lo que ellos han adquirido permanece en el borde y funciona de acuerdo con la conciencia deductiva. Estas personas están plenamente enfermas y no han alcanzado el Zen. No han alcanzado el estado profundo de la Verdad en el principio, y se han detenido demasiado pronto. Aunque pueden haber adquirido una comprensión, profunda, todavía no pueden aplicarla; aunque hayan adquirido las “frases vivas” (en chino **huo chu**)<sup>27</sup> deben seguir cultivándose y protegiéndose en lugares tranquilos, junto a un río o en un bosque. No deben tratar de convertirse inmediatamente en maestros Zen o dejarse dominar por el orgullo y la vanidad.

---

<sup>27</sup> Huo chu es un término peculiar, que significa literalmente “frase viviente” u “observación viva”, pero que en el texto tiene un sentido opuesto al de su significación literal. Estas “observaciones vivas” son completamente ininteligibles, inexplicables, absurdas y sin salida, pertenecen a ese tipo de dichos que el Zen usa con tanta frecuencia, mientras que las “observaciones muertas” (en chino: ssu chu) son las inteligibles. El libro Notas en el Bosque (en chino: Ling Chien Lu) cita estas palabras de Tung Shan: “Las observaciones dentro de las cuales es posible encontrar otra observación se llaman *-observaciones muertas-*, y las observaciones dentro de las cuales no se puede encontrar otras observaciones u otros sentidos (ininteligibles) se llaman *-observaciones vivas-*”

Lo cierto es que en el comienzo, cuando surge la “sensación de duda”, ésta suele endurecerse en una masa espesa, como una pelota. En este punto crucial lo importante consiste en dejar que esta masa de duda se rompa sola. Es la única forma de lograr resultados positivos. De otro modo, una comprensión tan sólo parcial del principio **li** aparta inmediatamente a la masa de duda y el practicante no logrará tener así una muerte plena y una perforación real de la “sensación de duda” (**I chin**). Así no se practica el Zen. Quien esto hace puede llamarse a sí mismo un seguidor del Zen, pero no hace más que malgastar su vida. En lugar de ello debería visitar a los grandes maestros Zen, que son los grandes médicos del Zen, y pueden curar las graves enfermedades de los estudiantes Zen. Asimismo, son protectores generosos y sagaces que satisfacen los deseos de los discípulos. En esta etapa uno no puede permitir que la satisfacción propia o la vanidad aconsejen no visitar a los maestros Zen. El practicante debe reconocer que su falta de disposición a ver a quienes saben más que él es la semilla de una actitud egotista. En el Zen hay muchas enfermedades, pero ésta es la peor de todas.

#### 4. DISCURSO DEL MAESTRO HAN SHAN

Referente a este gran asunto, el Tao, todos lo han poseído desde el principio. Siempre está con vosotros. La dificultad consiste en que, desde los principios, la Iluminación Maravillosa, ha sido cubierta con las semillas de la pasión, las corrientes del pensamiento y la conceptualización, las formas estereotipadas y habituales de pensar. Por lo tanto, nunca hemos podido captar esta realización y hemos vagado en medio de las sombras de los pensamientos ilusorios sobre la mente, el cuerpo y el mundo. Es por esto que seguimos dando vueltas en el samsara.

En otros tiempos, los budas y los patriarcas que se encarnaron en este mundo, utilizando millares de palabras y diversos métodos, predicaron o la doctrina o el Zen<sup>28</sup>. Todas sus enseñanzas no eran nada más que instrumentos para vencer las tendencias habituales que maculan el pensamiento humano. No existe el dharma, en el sentido de algo real o concreto, en lo que ha llegado hasta nosotros. La llamada práctica no es más que un método que procura purificar las sombras de nuestro pensamiento habitual y del curso de nuestras ideas. Concentrar todos los esfuerzos a este fin se llama “la tarea”. Si de repente cesan los pensamientos, uno comprueba claramente que la mente es originariamente pura, genuina, vasta, iluminada, perfecta y desprovista de objetos. Esto se llama wu (en japonés: satori). Nada existe fuera de la mente, nada con lo cual se pueda trabajar, nada que pueda ser iluminado... Sin embargo, las pasiones egoístas, acumuladas en el pasado y enraizadas en nosotros, son difíciles de extirpar.

Afortunadamente, en esta encarnación, por medio de la ayuda y la instrucción de maestros (justos), la semilla de prajna en vosotros ha tenido oportunidad de desarrollarse. Es así que vuestras aspiraciones religiosas y vuestra determinación se han despertado. Pero debéis comprender que no resulta fácil arrancar de una vez las raíces del samsara, que están ahincadas en vosotros desde tiempos inmemoriales. ¡La tarea no es frívola! Tan sólo hombres de fuerza y de voluntad, lo bastante fuertes para echarse sobre los hombros este peso y avanzar sin la más leve vacilación o timidez, podrán llegar (al tao). Los otros tienen pocas, muy pocas probabilidades de lograrlo. Un antiguo proverbio dice: “Este asunto es semejante a la lucha de un hombre contra diez mil enemigos”. ¡Cuán verdadero es esto! En general, en nuestros días, en que el budismo está en estado de degeneración<sup>29</sup>, hay muchos yoguis que practican el tao, pero pocos entre ellos pueden llegar a la verdadera realización. Los atropellados y los laboriosos son muchos, pero los que llegan al Sendero siguen siendo pocos. ¿Por qué? Porque la mayoría de los yoguis no sabe trabajar ¿cómo iniciar la tarea desde un principio? Lo que hacen es llenar sus espíritus con las palabras y las ideas que ellos mismos han encontrado, o medir las cosas con una mente discriminatoria o suprimir la corriente del pensamiento, o deslumbrarse con visiones inducidas. Algunos de ellos se han impregnado de las misteriosas palabras de los antiguos maestros y consideran a las instrucciones y puntos de vista de éstos como si fueran propios. No comprenden que todo esto es inútil. Es esto lo que se quiere dar a entender al decir que “adquirir el conocimiento de manos de los otros equivale a cerrarse la puerta de la iluminación propia”. El primer paso del Zen consiste en olvidar el entendimiento y el conocimiento, y concentrarse en un solo pensamiento (en chino: **i nien**). Creed firmemente que vuestra mente es originalmente pura y clara, sin la menor traza de ninguna existencia; brillante, perfecta y difundida por todo el universo. Desde el principio no ha habido ni cuerpo ni mente ni mundo ni pensamientos erróneos ni pasiones contagiosas.

<sup>28</sup> Los budistas chinos dividen al budismo en dos grupos distintos. A uno se le llama “El Principio” (Tsong) y al otro “La Doctrina” (chiao). El primero se ocupa de la enseñanza del Zen y el último de la enseñanza de las otras escuelas de budismo, inclusive todas las sectas del budismo hinayana y mahayana.

<sup>29</sup> En la forma profetizada por Buda, el budismo ha declinado a medida que ha declinado la moralidad de la humanidad. Según la profecía de Buda, la declinación y la degeneración progresivas del budismo continuarán, hasta que éste desaparecerá de la Tierra. Entonces el Buda Maitreya bajará a este mundo y el budismo volverá a prevalecer, esta vez en todo el mundo. El budismo del período subsiguiente *-el de Buda Maitreya-* no estará sometido al proceso de decaimiento a que el budismo del presente período *-el de Buda Sakjamuni-* está sometido.

En este mismo instante, la mente es, en realidad, no existente. Todas las manifestaciones que se presentan ante mis ojos son ilusiones desprovistas de sustancia. No son más que sombras dentro de mi mente. Con esta clara comprensión, debes proceder del siguiente modo: Busca el punto en el cual tus pensamientos surgen y desaparecen. Toma nota de donde surge un pensamiento y donde se desvanece. Tened esto presente y tratad de penetrarlo, tratad de aplastarlo con toda vuestra fuerza. Si sois capaces de romperlo en pedazos, se disolverá y desvanecerá. Por el momento, sin embargo, no debemos tratar de conseguir (la experiencia instantánea) ni tratar de continuarla. El maestro Yung Chia advirtió una vez: “Hay que poner fin inmediatamente al pensamiento de continuación”. Esto se debe a que los pensamientos aflorantes, ilusorios, son virtualmente irreales y sin base. Nunca toméis al pensamiento divergente por algo concreto. Cuando surja, tomad nota de él, pero no tratéis de suprimirlo. Dejadlo ir por su camino y observadlo, como se observa una calabaza que flota en la corriente de un río.

Lo que debéis hacer es apoderaros de esta conciencia, como si fuera una daga afilada que tenéis en la mano. No importa que vengan budas o diablos; cortadlos como si fueran un nudo de enmarañadas hebras de seda. Utilizad toda vuestra atención y fuerza, pacientemente, y llevad vuestra mente al fin mismo (de la conciencia): seguid haciendo siempre presión.

Los que deciden practicar el dharma deben creer firmemente la enseñanza de la Mente Única. Buda decía: “Los Tres Reinos<sup>30</sup> son la mente; los diez mil dharmas son la conciencia”. Todo el budismo no es más que una exposición de esta frase. La ignorancia o la Iluminación, la virtud o la maldad, la causa o el efecto, no son nada más que la propia mente. Ni una mota existe fuera de la Mente. El yogui Zen debe poner a un lado completamente su antiguo conocimiento y comprensión. En este punto, la cultura y la inteligencia de nada sirven. Por el contrario, debe tratar de contemplar al mundo real como si éste fuera una alucinación. Lo que él ve son mirajes, imágenes reflejadas en un espejo, como la luna en el agua. Los sonidos que oye son canciones que el viento entona entre las hojas. Debe ver a todas las manifestaciones como nubes que flotan en el cielo, cambiantes e irreales. No sólo el mundo exterior, sino los pensamientos habituales, pasiones, distracciones y deseos dentro de la mente son, igualmente, insustanciales, no concretos, sin base y flotantes. Cuando surgen pensamientos, es menester encontrar la fuente de éstos; nunca hay que abandonar la atención o dejarse engañar. Si podéis practicar de este modo, haréis grandes progresos.

Hay muchos koans que facilitan el trabajo en medio del tumulto de las actividades mundanas. Por ejemplo: “¿Quién recita el nombre del Buda?” Aunque este koan es muy útil, comprenderéis que no es más que una piedra con la cual se puede abrir una puerta; cuando la puerta ha sido abierta, la piedra se tira. Para practicar un koan se requiere firmeza, determinación inquebrantable y sólida perseverancia. Es menester no tener la más leve duda al día siguiente. No hay que albergar dudas sobre la posibilidad de alcanzar la Iluminación, ni pensar que el koan es demasiado profundo o misterioso, etc. Estos pensamientos son obstáculos. Os los señalo ahora con el fin de que los notéis cuando se presenten. Cuando se trabaja bien, las cosas del mundo exterior no perturbaran gran cosa. El inconveniente es que surgirán en la mente perturbaciones mentales, sin que haya razón para ello. A veces son los deseos y la lujuria los que

---

<sup>30</sup> Los Tres Reinos. Según la cosmología budista, hay tres “universos” en los cuales viven tres categorías diferentes de seres sensibles. El reino más elevado se llama “el Dominio de la No-Forma”. Los seres sensibles de esta región no tienen forma corporal, y sólo existen mediante la expresión de distintos estados de conciencia. El segundo reino se llama “el Dominio de la Forma”. Los seres sensibles de esta región tienen forma corporal, pero carecen de deseos y de apetitos. El tercer reino se llama “el Dominio de los Deseos”. Los seres sensibles de esta región tienen muchas y diferentes clases de deseos y de temores. Los animales, los seres humanos, los que están en el Infierno y en algunas zonas del Cielo pertenecen a este “Dominio del Deseo”. Los seres sensibles de los dos dominios superiores, a saber “El Dominio de la No-Forma” y “El Dominio de la Forma” han alcanzado ya varios grados de samadhi. Sus estados de conciencia varían considerablemente, desde el estado de conciencia del primer dhyana hasta el estado de conciencia del octavo dhyana. Concentrados en el gran Éxtasis y la Iluminación, estos seres sensibles, al parecer, han llegado al nirvana. Pero lo cierto es que se consienten a sí mismos un estado extático de “ semejanza ” con el nirvana. Los budistas ortodoxos consideran que estos estados tienen poco valor o importancia.



importunan, a veces una inquietud inexplicable. Se presentarán innumerables obstáculos. Estas dificultades os cansarán mental y físicamente, de tal modo que no sabréis qué hacer. Debéis comprender entonces que estas experiencias son producidas por el esfuerzo de la meditación, que ha estimulado las semillas del hábito que están profundamente ahincadas en vuestro depósito (**alaya**) de conciencias desde el no comienzo del tiempo. En este instante crucial, debéis reconocer esto por lo que es, y romper con ello. No toméis a estos pensamientos por reales, nunca os sometáis a su dominio y a sus engaños. Debéis, en cambio, aligerar vuestra mente. Estad atentos y, con espíritu despierto observad el nacimiento del pensamiento divergente. Observadlo hasta el fondo mismo; empujad con vuestra mente (hasta el estado impenetrable) y decíos: “En mí no hay tal cosa: ¿de dónde venís? ¡Quiero ver vuestro cuerpo desnudo!” De esta manera, poned en tensión vuestra mente hasta el fin, borrad todo rastro (de pensamientos), matadlos y haced gritar a todas las deidades y fantasmas. Si trabajáis da este modo, las buenas nuevas pronto llegarán a vosotros. Si podéis quebrar un pensamiento en pedazos, todos los pensamientos quedarán enseguida descubiertos. Esto será semejante a la superficie de un estanque claro y diáfano, del cual se han ido las brumas. Pasando esta etapa, os sentiréis contentos e infinitamente ligeros, llenos de incalculable alegría. Pero esto no es más que el comienzo del trabajo verdadero: no hay en él nada maravilloso. No os regocijéis ni os complazcáis en esta maravillosa experiencia; si lo hicieris, el demonio de la alegría se apoderará de vosotros.

Aquellos que encuentran obstáculos demasiado grandes, cuyas semillas de pasión son demasiado fuertes, cuyos pensamientos habituales están afincados en el depósito de Conciencia, que no pueden observar sus mentes y no saben proceder con los koans, deben practicar las posturas rituales ante Buda, recitar los santos sutras y confesar sus pecados. Estas personas, asimismo, deben invocar los **mantrams** (fórmulas de meditación). Por medio de los símbolos impenetrables de los budas, es posible vencer todas las dificultades. La esencia de la instrucción esotérica de los budas y los patriarcas, en otros tiempos estaba concentrada en los mantrams. La diferencia radica aquí en que el Buda habla directamente, mientras que los maestros del Zen mantienen el punto en secreto y no hablan de él. Esto proviene de que los maestros Zen tienen miedo de que la gente se aferre a esta práctica, o no la entienda, no porque ellos mismos no la utilicen. De todos modos, si se practican los mantrams, es menester hacerlo regularmente. Al cabo de algún tiempo, uno encontrará en ellos una gran ayuda, pero no hay que esperar una respuesta milagrosa de los budas.

Conviene saber que hay dos clases de (yoguis) Zen: los que alcanzan primero el wu (satori) y luego practican, y los que empiezan practicando y luego llegan al wu. Asimismo, hay dos clases de wu: el wu comprendido (en chino **chieh wu**) y el wu realizado (en chino **cheng wu**). El wu comprendido es el que consiste en comprender la mente por medio de las enseñanzas y las palabras de los budas y los patriarcas, pero en este punto la mayor parte de la gente cae en la conceptualización y la intelección, y no está en condiciones de afrontar las actividades y los conflictos de la vida. Sus mentes y los objetos exteriores (en chino: **chin**) están separados, no se mezclan o funden, de tal modo que continuamente encuentran obstáculos. Esto se llama el wu semejante, no el verdadero wu. El wu realizado es la consecuencia de una aplicación seria y continua sobre el problema (koan). Los que llevan sus mentes hasta el límite se encontrarán con que sus pensamientos, de repente, se detienen. Inmediatamente contemplan la mente propia, como si un hijo pródigo se encontrara de repente con su amante madre en los pasillos de un bazar. Como el que bebe agua, el yogui sabe si está caliente o fría, y no hay posibilidad de duda, pero no puede transmitir su sentimiento a nadie. Este es el wu verdadero. Al poseer esta experiencia, no funda su mente con todas las condiciones de la vida, se limpia de todos los karmas presentes y de las corrientes de la pasión y el deseo. Basta las dudas y las divagaciones se funden en una sola mente real. Sin embargo, este wu realizado tiene distintos grados de profundidad. Si uno es capaz de practicar el principio básico y penetra en el ámbito de las Ocho Conciencias, y pasa por la caverna de la ceguera con un gran salto, ya no le queda nada más que conseguir. Entonces merece consideración como una persona altamente dotada. Su realización es la más profunda. La mayor parte de los que practican en forma gradual obtienen tan sólo realizaciones superficiales. Lo peor de todo es contentarse con una realización pequeña y superficial. No

os dejéis llevar nunca por las alucinaciones de la fantasía. Pues si no se penetra en las Ocho Conciencias, todas las maravillas que vemos no son más que producto de la conciencia samsárica y de los sentidos (en chino: **shih, sheng**). Si uno considera que todos estos fenómenos son reales, esto equivale a aceptar a un ladrón por hijo propio. En otros tiempos, los antiguos dijeron claramente: “Los yoguis ignorantes, que no conocen la Verdad, se aferran al *-espíritu absoluto-* imaginado, que en verdad es la causa básica que los obliga a vagar por el samsara desde el no comienzo de los tiempos. Sólo los tontos llaman a este empeño *-espíritu absoluto-*, *-Ser Primordial-*”. Esta es una de las puertas que debemos franquear.

Las así llamadas iluminación repentina y práctica gradual se refieren a la persona que ya ha obtenido el wu de una manera sólida, pero que aún no es capaz de limpiarse de los pensamientos habituales. Esta persona debe procurar identificar su realización del wu con todo lo que encuentra en su actividad diaria y debe utilizar su entendimiento uniéndolo a acontecimientos objetivos. A medida que una parte de la manifestación objetiva se funde con la realización wu, una parte del dharmakaya se revelará; a medida que se disuelve el pensamiento ilusorio, una parte de la sabiduría (Prajna) habrá de emerger.

Lo esencial en esta práctica es la continuidad y la consistencia.

## **BREVES AUTOBIOGRAFIAS DE CINCO MAESTROS ZEN**

### **1. RESUMEN DE LA AUTOBIOGRAFIA DEL MAESTRO HAN SHAN**

Nací en Chuan Chiao en la comarca de Nanking. Mi madre, una budista piadosa, durante toda su vida fue una devota de la misericordiosa Kwanyin. Una vez mi madre soñó que la Madre Misericordiosa traía consigo un niño, al cual ella, recibía con cálidos abrazos. A consecuencia de esto quedó embarazada, y el doce de octubre de 1545 me dio a luz<sup>31</sup>.

En 1546, cuando yo contaba doce meses de edad, una grave enfermedad estuvo a punto de poner fin a mis días. Mi madre oró a la Muy Misericordiosa y prometió que, si yo me recobraba, me entregaría al monasterio para que me hicieran monje. Cuando me sané, ella anotó mi nombre debidamente en el Monasterio de la Longevidad.

Cuando yo contaba tres años de edad, me gustaba estar solo y no me sentía atraído por los juegos con los niños de mi edad. Mi abuelo solía decir: “¡este niño es como un palo!”

A los siete años de edad, mi madre me envió a la escuela. Hacia ese entonces yo tenía un tío que me quería mucho. Un día, un poco antes de regresar de la escuela, mi tío murió. Lo vi tendido en la cama y mi madre trató de engañarme y me dijo: “Tu tío duerme. Trata de no despertarlo”. Pero yo lo llamé varias veces, y él no reaccionó. En ese instante mi tía, muy afligida, hizo una invocación: “¡Oh, dioses! ¿Adónde te has ido?” Confundido, le pregunté a mi madre: “El cuerpo de mi tío está aquí. ¿Por qué dice ella que él se ha ido?” Entonces mi madre dijo: “Tu tío ha muerto”. “¿Adónde va uno cuando muere?”, le pregunté y, desde entonces, esa pregunta quedó grabada en mi mente.

Al cabo de algún tiempo, mi tía dio a luz un niño. Cuando mi madre me llevó a ver por primera vez al recién nacido, yo le pregunté: “¿Cómo pudo entrar este niño en el vientre de mi tía?” Mi madre me acarició y me dijo: “¡Tontito! ¿Cómo entraste tú en mi vientre?”

Desde aquel día, el problema de la vida y de la muerte ocupaba mi pensamiento. No me abandonaba, y pesaba como plomo en mi corazón.

A los ocho años fui a vivir a casa de unos parientes que estaban en la otra orilla del río, con el fin de estar más cerca de la escuela. Mi madre me prohibió que fuera a verla más de una vez por mes. Sin embargo, en una ocasión me negué a volver a la escuela después de las vacaciones. Cuando le dije a mi madre que no podía tolerar el separarme de ella, se enfureció. Me abofeteó y me arrastró hasta la orilla del río. Pero yo no la soltaba y me negaba a entrar en la barcaza. Encolerizada, mi madre me asió por los cabellos y me arrojó al río; luego se dio vuelta, sin mirar qué había ocurrido conmigo. Mi abuela, que andaba por el lugar, pidió socorro a gritos, y me salvaron. Cuando volví a casa, mi madre exclamó: “¿Por qué le han salvado la vida a este pillo? ¡Lástima que no se haya ahogado!” A continuación, empecé a azotarme e intenté echarme de la casa. Yo llegué a la conclusión de que mi madre era demasiado severa y cruel y que, por lo tanto, no volvería a casa.

---

<sup>31</sup> El año 1545. El texto original dice: “El año vigésimo quinto del emperador Shih Tung de la dinastía Ming”, lo cual equivale al año 1545. Por razones de comodidad, las fechas chinas originales han sido trasladadas a la cronología cristiana.

Más adelante me enteré de que mi madre, muchas veces, iba a la orilla del río y lloraba. Una vez mi abuela la sorprendió y le preguntó por qué lloraba. Mi madre contestó, mientras las lágrimas corrían por sus mejillas: “Tengo que vencer en él su naturaleza demasiado tierna, a fin de que pueda estudiar como se debe”.

A los nueve años ingresé al monasterio. Un día oí a un monje que recitaba el Sutra del Todo-Misericordioso. Así pude enterarme de que la Kwanyin nos libraría de todos los sufrimientos de este mundo. Al comprender esto, quedé muy conmovido y pedí prestado el Sutra, para leerlo y estudiarlo en privado.

En otra ocasión, mientras acompañaba a mi madre a quemar incienso ante la Kwanyin y reverenciarla, yo le pregunté: “¿Conoces el sutra de la bodhisattva Kwanyin?”

Mi madre me dijo que no y yo, en seguida, le recité el sutra. A ella esto le gustó mucho, y me preguntó: “¿En dónde lo has aprendido?, pues la forma y la voz con que yo había recitado el sutra eran las del viejo monje.

En 1555 yo tenía diez años. Mi madre insistía todo el tiempo en que yo debía estudiar, y me atormentaba.

-¿.Por qué he de estudiar? -preguntaba yo.

-Para obtener un puesto en el gobierno<sup>32</sup> -contestaba ella.

-Y, ¿qué puesto puedo obtener más adelante en el gobierno? -preguntaba yo.

Mi madre contestaba: -Puedes empezar con una posición modesta y puedes llegar a ser Primer Ministro.

-Y si llego a ser Primer Ministro -decía yo-. ¿Qué importa eso?

-Es tan lejos como se puede ir.

-¿De qué sirve convertirse en un alto dignatario? Trabajar toda la vida y no obtener nada en cambio es tonto. Yo quiero obtener algo que tenga valor eterno.

Mi madre exclamó: -¡Oh, un hijo inútil, como tú, sólo puede llegar a ser un monje peregrino!

-¿De qué sirve ser monje? -pregunté.

-Un monje -contestó ella- es un discípulo del Buda y puede ir a cualquier parte de la Tierra. Es un hombre realmente libre. En todas partes la gente le hace ofrendas y lo sirve.

-Eso me parece muy bien. Me gustaría ser monje.

-Temo -contestó mi madre- que no tengas los méritos suficientes.

Como yo me mostré sorprendido, mi madre siguió diciendo:

-Ha habido muchos **chuang yuang** (grandes sabios) en este mundo<sup>33</sup>, pero los patriarcas y los budas no son frecuentes.

-Tengo esos méritos -dije yo- pero temo que tú no me dejes seguir mi camino.

-Si tienes esos méritos -contestó mi madre- te dejaré seguir tu camino.

Guardé en mi corazón esta promesa.

Un día en 1556, teniendo yo entonces once años, varios hombres con sombreros de anchas alas de bambú y unos palos al hombro se aproximaron a nuestra casa. En seguida yo le pregunté a mi madre:

-¿Quiénes son esos forasteros?

-Son monjes peregrinos -me contestó.

<sup>32</sup> En la antigüedad, la obtención de un puesto elevado en el gobierno era la ambición principal, tal vez la única de los intelectuales chinos. En general, el estudio se emprendía con este propósito.

<sup>33</sup> Gran Sabio (en chino: chuang yuan). En los días del imperio el gobierno chino real celebraba un examen nacional cada tres o cuatro años, con el fin de elegir a los hombres “más cultos” de China. El vencedor en este concurso nacional era conocido como Chuang Yuan, y recibía los mayores honores que la nación podía conferir. Asimismo, se le ofrecían puestos de gobierno. Para convertirse en un Gran Sabio los intelectuales de aquellos días realizaban grandes esfuerzos.

Yo quedé encantado y los observé más detenidamente. Cuando ya estaban muy cerca, dejaron los palos a un lado y descansaron bajo la copa de un árbol. Nos preguntaron dónde era posible encontrar comida. Mi madre les dijo que esperaran y en seguida se puso a cocinar para ellos, sirviéndolos con grandes muestras de respeto y veneración. Después de comer, los monjes se pararon y se echaron el palo al hombro, pero sólo levantaron una mano para dar las gracias. Sin embargo, mi madre hizo un gesto de rechazo, diciendo: “Por favor: no me deis las gracias”. Los monjes partieron sin decir palabra. Entonces yo le dije a mi madre: -¡Estos monjes son descorteses! ¡Ni siquiera han dicho gracias al irse!  
-Si me hubieran dado las gracias -*explicó mi madre*- mi mérito por la buena obra sería menor.

Entonces yo me dije, a solas, que este proceder constituía la perfección en el sacerdocio. Este encuentro estimuló más que ninguna otra cosa mi decisión de hacerme monje. El obstáculo entonces era que la oportunidad no se presentaba.

En 1557 yo tenía doce años. Por lo general, no me gustaba mezclarme con personas mundanas o participar de sus historias. Cuando mi padre intentaba arreglarme un matrimonio, yo lo disuadía. Un día oí decir a un monje de la capital que en el Monasterio de Pao En vivía un gran maestro, llamado Hsi Lin. Inmediatamente quise ir a verlo. Pedí el permiso a mi padre, pero él se negó. Luego le pedí a mi madre que intercediera, y ella observó: “Es mejor que nuestro hijo satisfaga su deseo, y que nosotros lo ayudemos”. En el mes de octubre me enviaron al monasterio. En cuanto el gran maestro me vio, quedó muy contento y dijo: “Este muchacho no es un ser vulgar. Sería una pena que se convirtiera en un monje como tantos otros”. En este tiempo el maestro Wu Chi estaba predicando un sutra en el monasterio. El Gran Maestro me llevó ante ellos. Cuando el maestro Ta Chou Chao me vio, se mostró encantado y exclamó: “Este niño llegará a ser un maestro de los hombres y de los cielos”<sup>34</sup> luego me palmeó el hombro y preguntó: “¿Qué preferirías ser, un alto funcionario o un Buda?” “Un Buda, por supuesto”, contesté yo. El se volvió hacia los otros y dijo: “No debemos dejar de lado a este niño. Hay que darle una buena educación”.

Aunque yo no entendí una palabra de la prédica, mientras la escuchaba, mi corazón estaba atento y fervoroso, como si supiera algo pero fuera incapaz de expresarlo en palabras.

En 1564, teniendo yo diecinueve años, muchos de mis amigos obtuvieron honores al aprobar el examen oficial<sup>35</sup>. Mis amigos también me alentaron a que rindiera examen. Cuando el maestro Yun Ku se enteró de esto, temió que yo me interesara en aspectos mundanos; por lo tanto, me instó a practicar la religión y el Zen. Me contó varias historias de los maestros del pasado, y me mostró un libro llamado “Biografías de los grandes Monjes”. Antes de terminar la lectura de la Vida de Chung Feng, me sentí tan conmovido y exaltado que suspiré entre mí, diciéndome: “¡Esto es lo que quería ser!” En ese momento decidí dedicar mi vida al budismo.

Después me puse a buscar al Gran Maestro, para que me ordenara. Apartando de mí todos los asuntos mundanos y de estudio, me dediqué a la práctica del Zen, pero no realizaba ningún progreso. Después me concentré en la repetición del nombre del Buda Amida, de día y de noche, incesantemente. Al poco tiempo el Buda Amida se me apareció en un sueño; estaba sentado alto sobre el horizonte, en dirección al sol poniente. Al ver su rostro bondadoso y sus ojos que irradiaban compasión clara y lúcida, yo me

---

<sup>34</sup> “Maestro de los Hombres y del Cielo” era un título honorífico que se confería a ciertos monjes notables. De acuerdo con la tradición budista, tan sólo los monjes en condiciones de ser Maestros de hombres y de los seres celestiales merecían este título.

<sup>35</sup> Los gobiernos provinciales organizaban exámenes con el fin de elegir los candidatos para el examen nacional. El que aprobaba el examen provincial era honrado por el gobierno y se le ofrecían asimismo buenos puestos administrativos.

prosterné ante él con sentimientos mezclados de amor, pena, felicidad y alegría. Me decía a mí mismo: “¿Dónde están los Bodhisattvas-Kwan Yin Y Ta Shih Chih? Quiero verlos”. Inmediatamente los Bodhisattvas Kwan Yin y Ta Shih Chih me mostraron la parte superior de sus cuerpos. Al ver a los Tres Bienaventurados, me convencí de que habría de obtener resultados positivos en mis esfuerzos.

Ese invierno fue invitado a nuestro monasterio el maestro Wu Chi con el fin de que nos expusiera la filosofía de Hua Yen. Cuando la conferencia llegó al punto de referencia a las Diez Puertas misteriosas<sup>36</sup> - *el eterno reino del Sello del Océano*- comprendí de repente la totalidad infinita y omnicomprendiva del universo. Quedé tan profundamente impresionado por Ching Liang (el fundador de la secta Hua Yen) que adopté uno de sus nombres y me hice llamar Ching Yin. Después expuse mi propósito al maestro Wu Chi. Este me dijo: “¿De tal modo que deseas seguir el camino de Hua Yen? Está bien, Pero, ¿sabes por qué se llamaba Ching Liang (Puro y frío)? Se hacía llamar así porque le gustaba recogerse en la montaña Ching Liang que es fresca en verano y fría y helada en invierno”. A partir de ese momento, estuviera yo caminando o inmóvil, siempre tenía ante mí un mundo fantástico de hielo y de nieves. Entonces decidí ir a vivir en aquella montaña; nada en el mundo podía atraerme más. El anhelo de renunciar a este mundo nacía siempre en mí.

En 16 de enero de 1565, cuando yo tenía veinte años, murió mi gran maestro. Unos pocos días antes de su muerte llamó a todos los monjes del monasterio y dijo: “Tengo ochenta y tres años y muy pronto he de abandonar este mundo. Tengo actualmente ochenta discípulos, pero el discípulo que habrá de continuar mi obra es Han Shan. Después de mi muerte, debéis obedecerlo y habréis de respetar su palabra, sin tomar en cuenta su edad.” El séptimo día del año nuevo el gran maestro, vestido formalmente, llamó a todos los monjes a su cuarto con el fin de despedirse. Esto nos sorprendió mucho. Tres días más tarde puso en orden sus asuntos e hizo testamento. En ese momento no tenía nada más que una ligera indisposición. Nosotros quisimos hacerle tomar un medicamento, pero él se negó diciéndonos: “Ya me voy: ¿para qué sirven las drogas?” Después convocó a todos los monjes del monasterio y les pidió que recitaran el nombre del Buda Amida para él. Así fue que oramos por él durante cinco días y cinco noches. Murió sentado con el rosario en la mano, recitando apaciblemente el nombre del Buda Amida. Poco tiempo después de su muerte el cuarto en que había vivido durante treinta años, fue destruido por el fuego, como si fuera una advertencia a sus discípulos.

En octubre de ese año, el maestro Yun Ku inauguró una “Asamblea de la Meditación” (en chino: **Chan Chi**). Congregó a cincuenta y tres notables elegidos en el ámbito de todo el país con el fin de que revelaran y propagaran las prácticas de meditación mediante el ejercicio real. En virtud de una recomendación del maestro Yun Ku, pude participar de esta asamblea. En el primer momento no sabía cómo proceder (meditar) y me sentía muy perturbado por mi ignorancia. Después de quemar incienso como una ofrenda al maestro, le pedí instrucciones. El maestro empezó enseñándome la manera de practicar el koan “¿Quién recita el nombre del Buda Amida?” En los tres meses siguientes me concentré en la práctica de este koan, sin dejarme distraer por ningún otro pensamiento. Al comienzo tenía la sensación de estar soñando. Durante este tiempo, yo no percibía la presencia de nadie en la asamblea ni de nada en el ambiente que me rodeaba. Pero durante los primeros días de esta práctica mi estado de ánimo era ansioso e impaciente. Mi impaciencia era tan grande que motivó la aparición de un ántrax en la espalda, que se hinchó considerablemente y estaba muy inflamado. Mi maestro se apiadó de mí. Yo me echaba un trapo sobre los hombros y oraba compungidamente y con mucha sinceridad delante del bodhisattva Vatu (uno de los guardias del Dharma), diciendo: “Este achaque debe ser una culpa kármica que proviene de una encarnación previa y que yo debo pagar en esta vida. Pero con el fin de completar este período de meditación te ruego que lo reserves para más adelante. Tú eres mi testigo; prometo pagar

---

<sup>36</sup> Las Diez Puertas Misteriosas (en chino: shih hsuan men) son los diez principios básicos del hua yen, por medio de los cuales se expone la totalidad de la filosofía hua yen.

esta culpa después de mis prácticas de meditación y también prometo recitar el Sutra de Hua Yen (avatamsaka) diez veces para demostrarte mi agradecimiento”. Esta fue mi promesa. Esa noche me sentía muy cansado y me fui a acostar. Cuando llegó el momento de la meditación, no logré despertarme a tiempo. Al día siguiente, el maestro me preguntó: “¿Cómo está tu achaque? Yo contesté: “Ahora no siento nada”. Entonces él me miró la espalda y comprobó que el ántrax se había secado. Los monjes quedaron llenos de asombro y admiración. De esta manera yo pude continuar con mis prácticas de meditación.

Cuando terminó la Asamblea de Meditación, yo seguía sintiéndome en estado de meditación, hasta en los momentos en que atravesaba un bazar o una calle llena de gente.

En 1566, yo tenía veintiún años. Ese invierno asistí a las conferencias que dio el maestro Wu Chi sobre el Sutra Fa Hua. Estaba decidido a retirarme para meditar en forma sostenida, y buscaba un compañero adecuado, pero aún no lo había encontrado. Un día, sin embargo, me encontré con un monje peregrino llamado Miao Feng, que parecía ser una persona auténtica y excepcional. Sin embargo, al cabo de unos días, se alejó del monasterio sin decirme palabra; supongo que temió que una asociación muy estrecha conmigo pudiera comprometer su libertad.

En 1571 yo tenía veintiséis años. Ese año hubo una fuerte nevada y cuando llegaba a Yang Chow, me sentí muy enfermo. Desde hacía algún tiempo me sentía mal y tuve que mendigar comida en las calles. Pero nadie me daba nada. Yo estaba sorprendido y me preguntaba: “¿Por qué nadie me quiere dar de comer?” De repente me di cuenta que todavía conservaba unas monedas de plata en el bolsillo. Entonces reuní a todos los monjes budistas y taoístas que no podían obtener comida en la época de las nevadas, les compré alimentos en una posada y gasté en ellos todo el dinero que tenía. A la mañana siguiente, cuando volví al bazar, no tuve ninguna dificultad en mendigar y obtener comida. Quedé tan contento que me dije a mí mismo: “Tengo ahora fuerza suficiente para contrarrestar el peso de centenares de toneladas”.

En 1574, yo tenía veintinueve años y me había encontrado con Miao Feng en la capital. En septiembre viajamos juntos a Ho Tung. El magistrado local, señor Cheng, fue nuestro protector sincero. El nos dio una suma de dinero para que imprimiéramos el Libro de Shao Lung. Yo corregí las pruebas.

La tesis de la obra me resultaba difícil de comprender, especialmente la parte referente a la “inmutabilidad”, al Torbellino, a la Montaña que Descansa. Estas partes ya me habían despertado dudas años atrás. Pero ahora, al llegar a la parte en que el **brahmin** viejo vuelve al hogar después de una larga vida de sacerdocio, y oye que los vecinos, dicen “Mira, el hombre de aquel entonces todavía existe”, a lo cual contesta: “Oh no, parezco ser ese viejo, pero en realidad no lo soy”, me sentí súbitamente iluminado. Entonces me dije: “En realidad los dharmas no tienen ni comienzo ni fin, ¡cuán verdadero es esto, cuán verdadero!” Me levanté inmediatamente y me prosterné ante Buda. Al prosternarme, pensé: “Nada se mueve y nada surge”. Luego aparté el cortinado y salí a la calle. Una ráfaga de viento agitaba las copas de los árboles y las hojas temblaban contra el cielo. Sin embargo, pese a ver que las hojas se movían, a mí me parecía que todo estaba inmóvil. “Esto, me dije, es el significado del Torbellino y de la Montaña que Descansa. ¡Ahora comprendo! A partir de entonces, hasta en los momentos en que orinaba, no tenía la sensación de que algo fluyera. Me decía a mí mismo: “Esto es lo que se quiere dar a entender cuando se dice que los ríos fluyen incesantemente, pero que nada fluye”. A partir de entonces, el problema de la vida y de la muerte -las dudas en relación al “desde dónde” anterior al nacimiento y el “hacia dónde” después de la muerte- quedaron completamente destruidas. En esta época compuse el siguiente poema:

“La vida llega y se va la muerte,  
el agua fluye y la flor se marchita.  
¡Oh, hoy sé que los hoyuelos de mi nariz miran  
hacia abajo!”

A1 día siguiente de esta experiencia, vino a verme Miao Feng. En cuanto me vio, exclamó muy contento: “¿qué has encontrado?”. “Anoche, dije, vi a dos bueyes de hierro que lucharon en la ribera del río hasta que los dos cayeron al agua. Desde entonces no he sabido nada de ellos”. Miao Feng sonrió: “Felicitaciones *-me dijo-*, has encontrado la manera de poder vivir en la montaña y seguir en ella”.

Poco después de esto el maestro Fa Kuang, admirado por mí, también vino. Yo me alegré de la oportunidad de conocerlo y de estudiar con él. Después de cambiar algunas palabras quedó muy impresionado y le rogué que me instruyera. Me dijo que yo debía trabajar en el Zen, disociando la mente, la conciencia y las percepciones, y que debía mantenerme alejado de los senderos sagrados y mundanos del conocimiento. Me beneficié grandemente de sus instrucciones. Cuando él caminaba, su voz era como el repiqueteo de un tambor celestial. Entonces me di cuenta que la manera de hablar y el comportamiento de aquellos que entienden la Verdad de la Mente son muy distintos de la manera de hablar y el comportamiento de la gente común.

Un día, después de leer algunos de mis poemas, el maestro Fa Kuang suspiró: “Esta es realmente una poesía hermosa. ¿En qué otra parte podrían encontrarse versos más hermosos? Sí, estos poemas son buenos, pero todavía hay un agujero sin abrir”. Rió. Pregunté: “Maestro, ¿tú ya has abierto ese agujero?” Contestó: “En los últimos treinta años he atrapado tigres y cazado dragones, pero hoy un conejo surgió de la maleza y me inspiró un miedo mortal”. Dije: “Maestro, no eres tú quien caza dragones y atrapa tigres”. El maestro levantó su bastón y estaba a punto de golpearme, cuando me precipité y agarré el bastón, tiré de su larga barba y le dije: “Dices que era un conejo, pero en realidad era un sapo”. Entonces el maestro rió y me dejó ir.

Un día el maestro me dijo: “No es necesario que vayas a un lugar lejano a buscar un maestro Zen. Espero que te quedes con este viejo, para que podamos trabajar juntos con el fin de someter al buey”<sup>37</sup>. Le dije: “Tu ingenio, tu elocuencia y tu entendimiento del budismo no son inferiores a los de Ta Hui. Pero hay algunas cosas en tu manera de ser que me intrigan. Me doy cuenta de que tus manos se mueven siempre, y de que tu boca murmura constantemente, como si leyeras o cantaras algo. Lo cierto es que tu manera de ser parece la de un loco. ¿A qué se debe esto?” El maestro Fa Kuan replicó: “Es mi enfermedad Zen”<sup>38</sup>. Cuando la experiencia Wu (satori) se presentó por la primera vez, automática e instantáneamente, poemas y relatos surgieron de mi boca, como un río que se precipita día y noche, sin cesar. No podía detenerme, y desde entonces he adquirido esta enfermedad Zen”. Pregunté: “¿Qué podemos hacer cuando se presenta por primera vez?” Contestó: “Cuando esta enfermedad Zen se presenta por primera vez, debemos notarla inmediatamente. Si no estás consciente de ella, un maestro Zen puede corregirla golpeando severamente y castigando para que salga. Después el maestro debe echarse a dormir. Cuando se despierte, la enfermedad habrá pasado. Lamento decir que mi maestro no estaba alerta y que no fue lo bastante severo para echarla a golpes fuera de mí, en aquel tiempo”.

En 1575 yo tenía treinta años. Fui con Miao Feng a la montaña de Wu Tai. Nos quedamos en Lung Men, en el lado norte. El 3 de marzo limpiamos la nieve de una vieja casa de varios cuartos y nos pusimos a vivir allí. Hileras de montañas completamente cubiertas de nieve y hielo nos rodeaban. Este era el lugar en que yo había soñado por largo tiempo. Me sentí tan feliz como si hubiera entrado a un paraíso celestial. Tanto la mente como el cuerpo se sentían tranquilos y cómodos.

Después de algún tiempo Miao Feng fue a Yeh Tai y yo me quedé solo. Concentré la mente en un solo pensamiento y no hablaba con nadie. Si alguien llamaba a mi puerta me limitaba a mirarlo sin decir

<sup>37</sup> El sentido de esta frase no es muy clara. “Someter al Buey” significa, probablemente, realizar las etapas sucesivas del Zen, como está ilustrado en los “cuadros de ganado”.

<sup>38</sup> Chag ping (enfermedad del Zen, “la enfermedad que produce la práctica del Zen”) se refiere a los estorbos y dificultades que pueden encontrarse en la practica del Zen.



palabra. Después de cierto tiempo, cuando miraba a los hombres, me parecía que miraba a troncos de leña. Mi mente llegó a un estado en el cual no podía reconocer una palabra de otra. En los comienzos de esta meditación, cuando oía el bramido de las tormentas y los ruidos de los hielos en la montaña, me sentía muy perturbado. El tumulto era semejante al producido por regimientos de soldados y caballería de batallas. Cuando yo le hablé a Miao Feng de esto, él me dijo: “Todos los pensamientos y las sensaciones surgen de la propia mente, no vienen de afuera. ¿Conoces la opinión de los monjes de la antigüedad, que decían: “Si no permites que tu mente se perturbe al escuchar el sonido del agua que corre durante treinta años, llegarás a la comprensión Milagrosa del Avalokistevara”<sup>39</sup>? Yo me sentaba en un solitario puente de madera y meditaba allí todos los días. A principio oía el rumor del agua muy claramente, pero a medida que pasaba el tiempo, oía el rumor a voluntad. Si dejaba moverse a mi mente, podía oírlo, pero si mantenía la mente en calma, no oía nada. Una vez junto al puente, sentí de golpe que no tenía cuerpo. El puente había desaparecido junto con los rumores que me rodeaban. Desde entonces no he sido molestado por ningún rumor.

Mi comida diaria consistía en un cocido de granos, tallos y agua de arroz. Cuando llegué a la montaña alguien me dio tres bolsas de arroz, que me duraron más de seis meses. Un día, después de comer mi cocido, salí a caminar. De repente me paré y comprendí súbitamente que no tenía ni cuerpo ni mente. Sólo podía ver un Todo iluminador, omnipresente, perfecto, lúcido y sereno. Era semejante a un espejo que todo lo reflejaba, y desde el cual las montañas y los ríos de la tierra fueran proyectados como reflejos. Al despertar de esta experiencia me sentí “claro y transparente”, como si mi cuerpo y mi mente no existieran, y en esa ocasión compuse el siguiente poema:

“De repente se para la violencia de la mente;  
el cuerpo interior, el mundo exterior se vuelven  
transparentes  
después del Gran Vuelco,  
y el Gran Vacío es atravesado.  
¡Oh, cuán libremente las in-númeras manifestaciones  
se presentan y desaparecen!”

A partir de entonces tanto la experiencia interior como la exterior se volvieron lúcidas. Los ruidos, las voces, las visiones, las escenas, las formas y los objetos ya no constituían obstáculos. Mis antiguas dudas se desvanecieron. Cuando volví a la cocina, me encontré con que la cacerola estaba cubierta de polvo. Habían pasado muchos días durante mi experiencia y yo, en medio de mi soledad, no lo había advertido.

En el verano de ese año, Hsuen Lang vino a visitarme desde el norte. Pero sólo se quedó un día, porque no pudo soportar el frío y la tristeza de mi morada.

En 1576, yo tenía treinta y un años. Aunque había obtenido la experiencia wu, no tenía conmigo a ningún maestro que pudiera aprobarla o comprobarla. Por lo tanto, me puse a leer el Sutra de Leng Yen (Saramgama) con la esperanza de comparar mi experiencia con lo que allí se decía. Como nunca había estudiado este Sutra con ningún maestro, su contenido me era desconocido. Decidí leerlo, utilizando mi propia intuición, y detenerme cuando el menor razonamiento intelectual surgiera. De este modo lei durante ocho meses el Sutra, y llegué a entender completamente su sentido.

---

<sup>39</sup> “La Comprensión Milagrosa del Avalokistevara” (en chino: kwan yin yuan tung). Kwan yin es la traducción china de avalokistevara, pero no existe una traducción exacta de la expresión. Yuan significa “redondo”, “completo” o “perfecto”, y tung significa “por medio del entendimiento” o “del despertar”. “La Comprensión Milagrosa del Avalokistevara”, es, por lo tanto, una traducción libre.

En octubre de aquel año mi protector, el señor Hu, me invito a su casa. Su amigo, el señor Kao, me pidió que le escribiera un poema. Contesté: “En mi corazón no existe ahora una sola palabra. ¿Cómo podría escribirte un poema?” Sin embargo, tanto él como el señor Hu insistieron en que escribiera un poema. Tras repetidas instancias, no pude rehusar. Eché entonces una ojeada a libros de poemas antiguos y contemporáneos para estimular mi pensamiento. Mientras casualmente volvía las páginas, mi mente se sintió inspirada. Los versos surgieron de mí y unos minutos después, cuando regresó el señor Hu, yo ya había escrito unos veinte poemas. Súbitamente percibí el peligro de esto y me previne: “Cuidado, esto es lo que el diablo-en-palabras, tu pensamiento habitual, te está haciendo”. Inmediatamente dejé de escribir. Di uno de los poemas al señor Kao y guardé en secreto los otros. Sin embargo, parecía imposible contener el torrente creador que yo había desatado. Era como si todos los poemas, libros o sentencias que había aprendido o visto en mi vida aparecieran simultáneamente ante mí, agolpándose en busca de aire y de espacio. Aunque hubiera tenido miles de bocas en todo mi cuerpo, no hubiera podido agotar el torrente de palabras. Confuso, no podía discernir cuál era mi cuerpo y cuál era mi mente. Al observarme noté que estaba a punto de volar. No sabía qué hacer.

A la mañana siguiente pensé: “Esto es lo que el maestro Fa Kuan llama la enfermedad Zen. Ahora estoy en medio de ella. Oh, ¿quién podrá curarme? Bueno, como no hay aquí ninguno que pueda hacerlo, lo único que puedo hacer es dormir... dormir tanto y tan profundamente como pueda. ¡Seré muy afortunado si puedo dormir de este modo!” Cerré cuidadosamente la puerta y me esforcé en dormir. Como no podía hacerlo en actitud horizontal, me senté. Antes de poco tiempo olvidé que estaba sentado y me quedé profundamente dormido. Al rato, el muchacho de servicio golpeó la puerta, pero no obtuvo respuesta de mí. Trató de abrir la puerta, pero ésta estaba atrancada. Cuando el señor Hu regresó y se enteró de esto, ordenó al muchacho que rompiera la puerta. Por último al entrar en la habitación me encontraron inmóvil, me llamaron pero yo no reaccioné. Trataron de sacudirme, pero mi cuerpo permaneció inmóvil. El señor Hu vio una campanita que estaba sobre la mesa y recordó que yo le había dicho una vez que la campanita se usaba a veces para despertar a los yoguis de los trances profundos. En seguida acercó la campanita a mi oreja y la hizo sonar varias veces. Poco a poco empecé a despertar. Al abrir los ojos no pude darme cuenta de dónde estaba y por qué tenía tal postura. El señor Hu me dijo: “Desde la otra mañana, cuando me fui, vuestra reverencia ha permanecido en este cuarto. ¡Hace ya cinco días!” Contesté: “¡Yo creía que sólo había transcurrido un segundo!” Me senté en silencio y empecé a observar el ambiente, sin saber muy bien en dónde estaba. Entonces recordé las experiencias pasadas y tanto éstas como las actuales me parecieron partes de un sueño, inalcanzables o inutilizables. Lo que me perturbaba se había desvanecido como gotas de lluvia a la salida del sol. El espacio parecía claro y transparente, como si lo hubieran lavado. Todas las imágenes y las sombras habían sido absorbidas por el vacío grande y tranquilo. La mente estaba vacía, el mundo sereno, y mi alegría era tan grande que no podía expresarla con palabras. En esa ocasión compuse el siguiente poema:

“Cuando reina la serenidad perfecta  
se logra la verdadera Iluminación.  
Como la reflexión serena incluye a todo el espacio,  
puedo volver a mirar al mundo  
que está formado de sueños y sólo sueños.  
¡Hoy comprendo realmente  
la verdad y la justeza de las enseñanzas del Buda!”

En 1579, yo tenía treinta y cuatro años y me ocupaba en copiar los Sutas. Mientras trabajaba, al trazar un rasgo o un signo de puntuación, recitaba una vez el nombre de Buda. Cuando algún monje o seglar me visitaba en el templo, yo hablaba con él, pero seguía con mi labor de copista. Si se me hacía una pregunta, la contestaba sin vacilar. Sin embargo, mi trabajo no era entorpecido, y no cometí ningún error por culpa de la conversación. Procedía así todos los días, metódicamente, pues en mi mente no había el menor vestigio de actividad. Esto sorprendía a mis visitantes, que manifestaban dudas al respecto. En una ocasión

enviaron a muchas personas a que me visitaran, con el propósito expreso de distraerme y apartar mi atención de mi trabajo. Después de la visita, yo les mostré la copia que había hecho y, al no encontrar en ella ni un solo error, quedaron convencidos. Hicieron preguntas a Miao Feng sobre mi capacidad y Miao Feng contestó: “Oh, no tiene ninguna importancia. Ello se debe simplemente a que mi amigo conoce bien este determinado samadhi. Eso es todo”.

Siempre tenía yo maravillosos sueños, cuando me iba a las montañas a copiar los Sutas. Una noche soné que entraba en una cueva de diamantes. A la entrada de la cueva se podía leer esta inscripción grabada: “Templo de la Gran Sabiduría”. Al entrar, un inmenso espacio se abría ante mí. En el ámbito central se veía un espacioso diván en el cual descansaba el Gran Maestro Ching Yan y, a su lado, estaba mi amigo Miao Feng. Yo me prosterné ante él y me coloqué a su izquierda. Entonces el gran maestro Ching Yan nos expuso la doctrina Hua Yen. Empezó por explicarnos el reino inescrutable de la totalidad que todo lo incluye, la enseñanza de la “Entrada al **Dharmadhatu**”. Nos explicó que las tierras búdicas se penetran las unas a las otras, y que la Principalidad y el Servicio constituyen una mutua “conversión”<sup>40</sup>, un estado que consiste en avanzar y retroceder en medio de una firme inmutabilidad. Mientras comentaba, aparecían ante nosotros cuadros reales que ilustraban sus palabras. Es así que yo entendí la manera en que el cuerpo y la mente se penetran mutuamente. Después de esta demostración, Miao Feng preguntó: “¿Qué reino de experiencia es éste?” El maestro rió y dijo: “Es el reino del no-reino”. Cuando desperté de este sueño, sentí que mi mente y mi cuerpo eran armoniosos y traslúcidos, libres de todo obstáculo y toda duda.

Otra noche soñé que mi cuerpo se elevaba hacia los cielos y flotaba hasta la altura ilimitada del firmamento. Luego, poco a poco, empecé a descender hasta un lugar en donde vi que nada existía. Allí el suelo era traslúcido y brillaba, como un inmenso espejo de cristal. Empecé a mirar a la distancia lejana y divisé un gran palacio, tan grande que ocupaba todo el cielo. Todos los acontecimientos y los sucesos, las personas y sus acciones, incluso la multitud de los bazares, se reflejaban y eran manifestados en este vasto palacio.

En el centro se veía un sitial elevado de color púrpura.” Este *-me dije a mí mismo-* ha de ser el maravilloso sitial **Vajra**<sup>41</sup>. El esplendor de aquel palacio no puede ser concebido por la mente humana. Encantado por la contemplación de aquel espectáculo, quise aproximarme. Luego pensé: “¿cómo pueden manifestarse las cosas impuras y triviales de este mundo en esta mansión pura y celestial?” En cuanto surgió en mí este pensamiento, el palacio se alejó de mi vista. Entonces me dije: “La pureza o la impureza dependen enteramente de nuestra mente”. En seguida, el palacio apareció ante mí.

Después de un rato, observé la presencia de acólitos. Todos ellos eran agraciados, hermosos y grandes, y estaban de pie ante el Gran Sitial. De repente apareció un monje con un rollo de sutra en una mano y me dijo: “El maestro va a predicar este sutra. Me ordenó que te lo diera”. Tome el rollo y lo examiné. Estaba escrito en sánscrito, idioma que yo no entiendo. Le pregunté al monje: “¿Quién es el Maestro?”, y él contestó: “Maitreya Bodhisattva”<sup>42</sup>. Seguí al monje y subí las gradas de una plataforma, en la cual permanecí quieto, con los ojos bajos, lleno de excitación y de placer. Al oír el tañido de una campana, abrí los ojos y vi al bodhisattva Maitreya, ya instalado en el sitial del maestro. Me prosterné ante él. La cara del maestro tenía una irradiación dorada que no podría compararse con nada de este mundo. Era evidente que yo era el invitado de honor y que el bodhisattva Maitreya habría de explicar el sutra especialmente para mí. Me hincé y abrí el rollo, y entonces le oí decir: “Lo que en nosotros discrimina es la conciencia: lo que no discrimina es la sabiduría. Si dependes de la conciencia, te corrompes; si te apoyas en la sabiduría, obtendrás la pureza. De la corrupción proviene la vida y la muerte. (Si uno alcanza la pureza) no habrá

<sup>40</sup> “La conversión mutua” es un término usado frecuentemente en la filosofía hua yen (ver Suzuki: The Essence of Buddhism).

<sup>41</sup> El sitial vajra, o “El Sitial de Diamante”.

<sup>42</sup> Maitreya es el Buda que adviene.

necesidad de Budas”. De repente mi mente y mi cuerpo se sintieron vacíos, y me desperté, con el eco de estas palabras en los oídos. A partir de entonces comprendo plenamente y claramente las diferencias entre la conciencia y la sabiduría. Yo sabía que había visitado el Cielo de **Tushita**, el palacio de Maitreya.

Otra noche tuve el sueño siguiente: Un monje me dirigía la palabra, diciendo: “El bodhisattva Manjusre te invita a que te bañes con él en la Montaña del Norte. Sígueme”. Así lo hice, y me encontré en medio de un inmenso templo, lleno hasta la mitad del fragante aroma del incienso. Los monjes que servían eran indios. Me condujeron hasta el lugar que me había sido designado. Me desnudé y ya me disponía a entrar al estanque cuando advertí que ya había allí alguien. Examinando la figura más detenidamente, me pareció reconocer en el a una mujer. Lleno de repugnancia, vacilé un instante, sin decidirme a entrar al estanque. La persona que estaba en el estanque mostró su cuerpo aún más y pude comprobar que el cuerpo era de hombre, no de mujer. Entonces entré al estanque y me bañé con él. Con una mano, recogió agua y la dejó caer sobre mi cabeza. El agua penetró en mi cabeza y en mi cuerpo, corrió por las cinco vísceras y las limpió del mismo modo que se lava la carne en la cocina y se arrojan las vísceras al basurero. Mi cuerpo estaba tan limpio que todas las vísceras habían desaparecido: en mí sólo quedaba la forma de mi piel. Mi cuerpo se volvió transparente y radiante, luminoso como un cristal.

Mientras tanto, el hombre del estanque había dicho: “¡Traedme té!” Entonces apareció un monje indio con una calavera en la mano, que parecía un melón corlado por la mitad, pero que dejaba caer pedazos de médula y de sesos. Al observar mi asco, el monje extrajo de la calavera un poco de la sustancia blanda y preguntó: “¿Es impuro esto?” En seguida se metió la sustancia en la boca y la tragó. Continuó haciendo esto, como si estuviera degustando un jarabe delicioso. Cuando sólo quedó un poco de sangre y de humores en el cráneo, el hombre del estanque le dijo al monje: “Dale a beber”. El monje me tendió el cráneo-copa y yo bebí. Tenía el gusto de un delicioso néctar. Después de beber, el líquido corrió por todo mi organismo, y llegó a la raíz de cada uno de mis pelos. Cuando terminé, el monje indio me frotó la espalda con la mano. De repente, me dio un golpe vivo con la palma de la mano, y yo me desperté. Mi cuerpo estaba cubierto de gotitas de sudor, como si acabara de salir del baño. A partir de ese momento, mi mente y mi cuerpo se sienten tan ligeros y tan cómodos que me resulta difícil expresar esta sensación en palabras. Sueños y presagios auspiciosos empezaron a presentarse con mayor y mayor frecuencia. Por medio de los sueños pude ponerme en contacto con los santos Sabios y con las enseñanzas del Buda. Cada vez estaba más convencido de la verdad de las enseñanzas del Buda.

En 1581 yo contaba treinta y seis años de edad. Me comprometí a organizar un Congreso sobre el Dharma. En el mismo año. Miao Feng escribió el Sutra Hua Yen (Avatamsaka) con su sangre; asimismo, quería formar un Congreso sobre el Dharma. Con este fin fui a la capital a reunir dinero. Al poco tiempo no sólo había reunido el dinero y las provisiones necesarias, sino que había invitado a quinientos maestros conocidos y monjes de todo el país a que concurrieran. Todos los asuntos administrativos, como la preparación de provisiones, el alojamiento, etcétera, corrían por mi cuenta. Estaba tan atareado que no logré dormir durante noventa días con sus noches. Un cierto día de octubre Miao Feng llegó con los quinientos monjes. En esos momentos el Congreso contaba con unas mil personas. El alojamiento, provisiones y abastecimientos estaban bien dispuestos. No hubo escasez ni discrepancias durante el congreso.

Durante los primeros siete días celebramos una convocación a los seres sensibles de las aguas y las tierras. Mientras esto duró, yo no comí ni un solo grano de arroz, y me limité a beber agua. Todos los días yo caminaba las quinientas mesas ofrendadas a Buda, y lo hacía en forma ordenada. La gente se asombraba de que yo pudiera hacerlo, creían que tenía algún poder mágico. Pero yo sabía que podía hacerlo gracias a la bendición del Buda.

En 1532 yo tenía treinta y siete años. Esa primavera prediqué la filosofía Hua Yen durante cien días. Llegaban personas de todas partes a oír mis conferencias: había más de diez mil personas por vez. Todos

comíamos al mismo tiempo y lugar, pero nadie hacía ningún ruido mientras comía. Estas comidas eran dirigidas por mí únicamente y, de esta manera, quedaba muy cansado. Después de la Convención, yo verificaba nuestros fondos. Quedaban diez mil unidades de dinero, que yo entregué al templo. Después me fui con Miao Feng, y no llevé conmigo nada más que una cazuela de mendigo.

En 1586 yo tenía cuarenta y un años. Después de mucho viajar y trabajar tuve oportunidad de pasar una temporada tranquila en una choza recientemente construida. Tanto mi mente como mi cuerpo empezaron a descansar, y empecé a sentirme muy feliz. Una noche, durante la meditación, vi claramente el gran Todo Iluminado, translúcido, transparente, vacío y claro como un océano límpido.., ¡nada más existía! Entonces pronuncié la siguiente estrofa:

El limpio Océano brilla claro y vacío,  
tan claro como la luz de la luna reflejada en la nieve.  
No hay vestigios de hombres ni de dioses.  
Oh, cuando se abre el ojo de Vajra  
se desvanece el miraje  
y la Tierra se desvanece en el reino de la paz.

Después de esta experiencia volví a mi cuarto. Sobre mi escritorio estaba el Sutra de Leng Yen (Surangana). Lo abrí al azar y me encontré con estas frases:

“Entonces comprenderás que tanto tu cuerpo como tu mente, junto con las montañas, los ríos, el espacio y la tierra del mundo exterior están dentro de la mente verdadera, maravillosa e Iluminada”.

De repente comprendí claramente la esencia de todo el sutra, que apareció claramente ante mis ojos. En esa ocasión dicté una tesis. “El espejo de Leng Yen”, en el tiempo que toma el consumo de media vela. Acababa de terminar cuando se abrió la sala de meditación. Llamé al monje administrativo y le hice leer la tesis que acababa de escribir. Mientras escuchaba la lectura, tenía la impresión de oír palabras en medio de un sueño.

En 1589 yo tenía cuarenta y cuatro años. En este año empecé a leer el Tripitaka completo. Asimismo, hablé en público sobre el Sutra del Loto y El Despertar de la Fe.

Desde el momento en que había abandonado la montaña Wu Tai, tenía pensado visitar a mis padres, pero tenía miedo de verme cegado por ataduras mundanas. Me examiné cuidadosamente con el fin de decidir si estaba en condiciones de visitar a mis padres. Una tarde, durante la meditación, me encontré casualmente con la siguiente estrofa:

Las olas y las ondas fluyen  
por el cielo fresco;  
los peces y los pájaros se mueven  
dentro del mismo espejo:  
una y otra vez, día tras día.  
Anoche la luna cayó de los cielos.  
Ha llegado el momento de iluminar  
la Perla del dragón negro<sup>43</sup>.

---

<sup>43</sup> De acuerdo con una antigua leyenda china, debajo de la mandíbula del dragón negro hay una perla preciosa. De aquí viene el término li lung (dragón negro) que simboliza el objeto más valioso que podemos encontrar en el mundo.

Inmediatamente llamé a mi ayudante y le dije: “Ahora puedo regresar a mi tierra natal, a ver a mis padres”. El Templo de la Gratitude, en mi distrito natal, había pedido, desde hacía algún tiempo, una edición completa del Tripitaka. En octubre yo me dirigí a la capital con el fin de hacer un llamado a mis compatriotas. El Emperador decidió hacer la dádiva de un Tripitaka completo. Yo fui con los sutras desde la capital hasta Lung Chiang, y llegué en noviembre al templo de mi ciudad natal. Antes de mi llegada, la pagoda del templo empezó a brillar, en forma continua e inexplicable, durante varios días. El día en que llegaron los sutras la misteriosa luz que emanaba la pagoda tomó la forma de un puente irisado, que bajaba desde los cielos hasta el suelo. Los monjes que venían a recibir los sutras marchaban en medio de esta luz. Durante todas las ceremonias y las plegarias que acompañaron la recepción de los sutras, la luz brillaba en forma incesante. Los espectadores, que eran más de diez mil por día, llegaban de todas partes para asistir al milagro. Todos pensaron que éste era un signo raro y auspicioso.

Mientras tanto mi vieja madre se había enterado de mi llegada. Me envió mensajeros que querían saber cuándo habría yo de visitar su casa. Yo contesté que la corte me había mandado con el fin de custodiar los sutras, y que yo no volvía a mi hogar. De todos modos, si mi madre estaba dispuesta a recibirme en forma afable, sin pena ni lamentos, como si nunca la hubiera abandonado, yo estaba dispuesto a detenerme dos días. Cuando mi madre oyó estas palabras, exclamó: “Este encuentro es muy extraño. Es como encontrarse con alguien en otra encarnación. Llena como estoy de alegría, ¿podría encontrar tiempo para las recriminaciones? ¡Oh, estoy muy contenta de verlo, aunque sólo sea por un ratito! ¡Dos noches es más de lo que yo nunca esperé!”

Al llegar a casa, mi madre estaba muy contenta. No mostró ningún síntoma de pena. Sólo había alegría y buen humor en ella. Esto me sorprendió considerablemente.

Al anoecer vinieron a visitarnos los ancianos parientes. Uno de ellos preguntó: “¿Llegaste en barco o por tierra?” Mi madre contestó en seguida: “¿Qué quieres decir..., en barco o por tierra?” “Lo que quiero saber -*dijo el viejo*- es de dónde viene”. Mi madre dijo: “Viene a nosotros desde el Vacío”. A mí me sorprendió que se expresara de esa manera. En medio de mi sorpresa, dije: “¡Es natural que esta vieja me haya dedicado al sacerdocio!” Entonces le pregunté: “¿Has pensado en mí?” “Por supuesto, ¿cómo podría no haber pensado en ti?” Entonces yo pregunté: “¿En qué forma te consolabas?” Ella dijo: “Al principio no sabía qué hacer. Luego supe que tú estabas en la Montaña Wu Tai. Le pregunté a un monje en dónde estaba, y me dijo que estabas bajo la estrella polar. Entonces me prosterné ante ella y recité el nombre del bodhisattva. Después de hacer esto me sentí mejor y no pensé más en ti. Últimamente pensaba que te habías muerto, pues ya no sufría ni pensaba en ti. Ahora te veo como si estuviéramos en otra encarnación”.

A la mañana siguiente yo visité las tumbas de mis antepasados con el fin de rendirles homenaje. Asimismo, escogí el lugar en que habría de estar la tumba de mis padres. Por entonces, mi padre tenía ochenta años. Logré hacerlo reír, diciéndole: “Hoy te enterraré, y de este modo te ahorraré el trabajo de volver de nuevo a la tierra”. Al decir esto, golpeé la tierra con una pala. En seguida mi madre me la quitó y dijo: “Deja que esta vieja cave. No necesita que nadie se moleste por mí”. Inmediatamente se puso a cavar vigorosamente.

Me quedé tres días en casa. Cuando llegó el momento de partir, mi vieja madre seguía de muy buen humor. ¡Sólo entonces comprendí que mi madre era una mujer extraordinaria!

## 2. HISTORIA DEL MAESTRO WU WEN

En nuestro primer encuentro el maestro Tou Weng me enseñó a practicar (el koan): “No es la mente, no es el Buda, no es nada”. Más adelante, Yung Feng y Yueh Shan, junto con algunos otros, nos comprometimos a esforzarnos por alcanzar la última iluminación. Más tarde fui a ver a Huai Shi, que me enseñó a practicar con la palabra Wu<sup>44</sup>. Después fui a Chang Lu, en donde practiqué con mi compañero. Cuando conocí a Chin de Huai Shang, éste me preguntó: “Hace seis o siete años que estás practicando, ¿qué has llegado a entender?” Yo contesté: “Cada día tengo la impresión de que no hay nada en mi mente”. Al comprobar que yo carecía de comprensión verdadera, me preguntó: “¿De dónde proviene tu comprensión?” Yo no estaba seguro de conocer la verdad, de tal modo que no me atreví a contestar. Entonces él me dijo: “Puedes practicar en la quietud, pero pierdes la práctica en la actividad”. Esto me inquietó, pues había tocado mi punto débil. “¿Qué debo hacer, pregunté, para entender?” Chin me contestó: “¿Nunca has oído lo que dice Chung Lao Tze?

“Si quieres entender esto  
ponte de cara al sur y contempla la Osa Menor”.

Después de decir esto, me dejó de repente.

La consecuencia fue que yo no estaba consciente de caminar cuando caminaba, ni de estar sentado cuando lo estaba. Dejé la práctica del wu durante una semana y concentré mi mente, procurando entender qué había querido decir por “volverse al sur y contemplar la Osa Menor”. Una vez al entrar al salón de meditación y sentarme junto a unos monjes, la sensación de duda se apoderó de mí y no me abandonó. Llegó la hora de la comida y pasó inadvertida. De repente mi mente se volvió brillante, vacía, ligera y transparente, mis pensamientos humanos se fragmentaron en pedazos, como pedacitos de pellejo seco, tal como si yo me hubiera sumergido en el Vacío, y no veía a nadie ni a nada delante de mí. Volví en mí media hora más tarde y encontré que mi cuerpo estaba cubierto de sudor. Instantáneamente comprendí el significado de ver a la Osa Menor de cara al sur. Fui a ver a Chin. Las preguntas que me formuló las pude contestar sin ninguna dificultad; asimismo podía componer poemas sin ningún esfuerzo. Sin embargo, aun no estaba lo suficientemente despojado como para alcanzar el estado de “dar un salto hacia adelante”.

Después fui a Hsiang Yen, en las montañas, a pasar el verano. Los mosquitos que abundaban en esa región me picaban sin misericordia. Todo el tiempo tenía que espantarlos con mis manos. De repente, pensé: “Si los antiguos sacrificaban sus cuerpos por el dharma, ¿he de temer yo a los mosquitos?” Consciente de esto trataba de serenarme y tolerar los aguijonazos. Con los puños contraídos y las mandíbulas apretadas, concentraba mi mente tan sólo en la palabra wu y soportaba las incesantes picaduras de los mosquitos con extremada paciencia. De repente, sentí que mi mente y mi cuerpo se derrumbaban como las cuatro paredes de una casa. Era el estado del Vacío: ningún atributo puede adjudicársele. Me había sentado en las primeras horas de la mañana y tan sólo al atardecer me levanté. Desde entonces he sabido que el budismo nunca nos extravía ni nos engaña.

Aunque mi comprensión era en esos momentos muy clara, aún no había alcanzado yo la plena madurez. En mí había pensamientos erróneos e inadvertidos, que en forma secreta, leve y sutil, no habían sido consumidos del todo. Fui a la montaña de Kwung Chow y allí medité seis años, después medité otros seis en la montaña de Lu Han y otros tres más en Kuan Chou. Al cabo de estos esfuerzos, y no antes, logré la emancipación.

---

<sup>44</sup> La palabra wu, aquí usada, se pronuncia según el segundo tono.

### 3. HISTORIA DEL MAESTRO HSUEH YEN

El tiempo no espera a los hombres. Antes de lo que crees, te verás en medio de la próxima encarnación. Por lo tanto, ¿por qué no esforzarse por entender (el Zen) y estudiar seriamente, humildemente, con el fin de que nos aparezca en su transparente claridad? ¡Cuán felices sois de vivir aquí, en medio de célebres montañas y grandes lagos! ¡Qué felices sois de vivir en un mundo lleno de dharmas y de grandes maestros! Vuestro monasterio es claro y aseado, la comida es buena y nutritiva. Hay abundancia de agua y leña en la vecindad. Si no utilizáis esta rara oportunidad para entender (el Zen) en forma clara y total, estáis desperdiciando vuestra vida. Os hundís en la desidia y toleráis el convertiros en personas estúpidas y de baja mentalidad. Si tenéis dudas al respecto, ¿por qué no hacéis preguntas a los ancianos y meditáis en lo que os dicen con el fin de hallar el sentido?

Soy sacerdote desde los cinco años de edad. Cuando en una ocasión oí a mi maestro que trataba el tema con unas visitas, yo entendí inmediatamente que era el Zen. Y tuve fe en él. Muy pronto aprendí a meditar. Me ordené a los dieciséis años y a los diecisiete empecé a realizar viajes de estudio<sup>45</sup>. En la morada del maestro Yuan de Shuang Ling ingresé a un grupo de meditación. Desde el alba hasta el atardecer no abandonaba la habitación. Aun en el momento de entrar al dormitorio común, cruzaba las manos dentro de las mangas de mi hábito y miraba fijamente delante de mí sin ver nada a derecha ni a izquierda. Clavaba la mirada en un punto que estaba a una distancia de tres pies. Al comienzo me concentraba en la palabra wu. Una vez interioricé bruscamente mi pensamiento, procurando descubrir de dónde y cómo había surgido el primer pensamiento. Inmediatamente sentí que mi mente se había congelado, se había vuelto clara, serena, límpida, sin temblor ni movimiento. Todo el día pasó como un segundo. Ni siquiera oí el ruido de los tambores y las campanas que sonaban a plazos fijos en el monasterio.

A los diecinueve años paré en el monasterio Lin Yin, en condición de peregrino. A todo esto, había recibido una carta de Chu Chou, en la cual se decía: “Querido Chin: Tu Zen es un Zen muerto. Has estado trabajando con agua muerta: todo es inútil. Tú divides a la tarea en actividad e inactividad. Lo importante en el Zen consiste en suscitar la “sensación de duda”<sup>46</sup>. Una ligera sensación de duda producirá una ligera iluminación y una sensación de duda más profunda producirá una iluminación más profunda”. Las palabras de Chu Chou dieron en el blanco. Decidí cambiar mi Hua Tou de wu en “estiércol seco” y continué con mis observaciones. Atendiendo a la meditación desde distintos ángulos, constantemente dudaba de esto y de aquello, en consecuencia me veía asaltado por somnolencia y pensamientos vagos. No podía encontrar un solo instante de paz.

Después fui al monasterio de Shin Tsu y me uní a siete hermanos del dharma. Decidimos meditar en forma severa. Dejamos a un lado los colchones y nos negamos a utilizar las camas. El monje principal, el hermano Hsiu, se quedaba fuera. Todos los días, cuando se sentaba a meditar parecía tan inmóvil y fijo

---

<sup>45</sup> Viajes de estudio. Con el fin de encontrar el gurú que les conviene, es necesario que los discípulos visiten a diferentes maestros. Los budistas Zen crearon una tradición y un sistema, llamado “viajes de estudio” para facilitar y fomentar los progresos de los estudiantes. Después de prepararse en el monasterio, el monje debía iniciar sus viajes de estudio.

<sup>46</sup> I-chin. Es un importante término Zen, que significa “sensación de duda”, o el “sentimiento de duda”.

Todo el sistema de los ejercicios koan se basa en la generación y en la ruptura subsiguiente de esta “sensación de duda”. La “duda”, en el sentido que aquí se le da, no es la duda en el sentido corriente de la palabra; es, más bien, un tipo especial de duda -una duda sin contenido- o, más brevemente, la pura sensación de la duda per se. A veces, los budistas Zen usan también la expresión “masa de duda” con el fin de indicar que esta sensación es como una masa o peso que gravita en la mente. Aunque i-chin designa originalmente la sensación de duda suscitada por el ejercicio koan, el maestro Po Shan la emplea en un sentido más amplio, que indica no sólo la sensación primera de duda, de acuerdo al término, sino que incluye todas las experiencias Zen avanzadas, inducidas por los ejercicios koan.



como una varilla de hierro. Cuando caminaba abría los ojos y bajaba los brazos de tal manera que parecía una varilla de hierro. Nunca nadie tenía intimidación o podía hablar con él.

Durante dos años no me acosté. Un día me sentí tan cansado que no pude aguantar y me eché a dormir. Pasaron dos meses antes de que pudiera tomarme en mano y volver a meditar de nuevo. El descanso que tuve en esos dos meses me vigorizó. Me sentía fuerte y lleno de vida. La experiencia me enseñó que, si se quiere entender el problema no puede abandonarse totalmente el sueño. Es necesario dormir a medianoche con el fin de descansar el organismo.

Un día vi al monje principal Hsiu, junto a la balaustrada. Era la primera vez que tenía oportunidad de hablar con, él. “En el último año he querido hablarte, ¿por qué me evitas?”, pregunté. Hsiu contestó: “El que practica realmente el Tao no tiene tiempo ni de cortarse las uñas. ¿Quién tiene tiempo libre para hablar contigo?” Yo le pregunté entonces qué debía hacer en relación a la somnolencia y los pensamientos vagos que se apoderaban de mí. Él me dijo: “Estas cosas te ocurren porque no eres bastante serio. Siéntate derecho, mantén recta la columna vertebral, convierte a todo tu cuerpo y toda tu mente en Hua Tou y no prestes atención a la somnolencia o a los pensamientos casuales”. Seguí sus instrucciones y sin darme cuenta me olvidé de mi cuerpo y de mi mente, de su existencia misma. Por tres días y tres noches mi mente estuvo tan serena y tan clara que no cerré los ojos ni un solo instante. A la tarde del tercer día pasé las tres puertas del monasterio<sup>47</sup> como si hubiera estado sentado. Nuevamente me encontré con Hsiu. “¿Qué haces aquí?”, me preguntó. “Trabajo el Tao”, contesté. “¿Qué es eso que llamas el Tao?”, me preguntó. No le pude contestar y me sentí confuso y perplejo. Con el propósito de seguir meditando, me dirigí a la sala de meditación. Pero volví a encontrar casualmente a Hsiu, que me dijo: “¡Abre los ojos y mira!” Después de esta advertencia sentí aún más deseos de volver a la sala de meditación. En el momento de sentarme, algo se abrió ante mí, como si el suelo se quebrara. Querría expresar lo que sentí, pero me resulta imposible. No existe en el mundo una imagen que pueda describirlo. Inmediatamente fui a ver a Hsiu. En cuanto me vio, éste me dijo: “¡Felicitaciones, felicitaciones!”. Tomándome de la mano me llevó fuera del monasterio. Caminamos a lo largo del muelle del río, que estaba cubierto de sauces. Miré al cielo y luego hacia la tierra. (Realmente sentí) que todos los fenómenos y manifestaciones, las cosas que veía con mis ojos y oía con mis oídos, las cosas que me disgustaban *-incluidos los deseos de la pasión y las cegueras-* todas surgían de mi propia mente, brillante, verdadera y maravillosa. Durante la siguiente quincena ningún fenómeno llamativo se produjo.

Desgraciadamente, en aquellos tiempos yo no tenía maestros Zen adelantados que me instruyeran. A causa de esto, erróneamente, me detuve durante muchos años en este estado. Este es el estado en el cual “la visión no es plena y, por lo tanto, entorpece la comprensión verdadera”. No lograba mantener la visión cuando dormía (literalmente: “en el estado onírico, la visión se quebraba en dos partes”). En este estado podía comprender los koans inteligibles, pero cuando me encontraba con un koan como “El de la Montaña de Plata” o “El del Muro de Hierro” no podía entenderlos en absoluto. Aunque durante muchos años había practicado con mi difunto maestro Wu Chun, ninguna de sus explicaciones o conferencias me había llegado al corazón. Ninguno de los libros Zen o de los Sutras tenía mucha sentido para mí. Este impedimento constituía una opresión y así pasaron diez años. Pero un día, caminando por el salón del monasterio Tien Mou, levanté la cabeza y vi un ciprés que estaba delante de mí. De repente, como un relámpago entendí. La experiencia adquirida hasta ese instante y el obstáculo que oprimía mi corazón se desvanecieron al mismo tiempo. Era un sentimiento semejante al que produciría un sol brillante que ilumina de golpe un cuarto oscuro. A partir de entonces no he tenido dudas sobre el nacimiento y la muerte, ni he formulado preguntas sobre el Buda y los patriarcas. Y cuando vi donde estaba el viejo Chin Shan, me acerqué y le di treinta golpes.

---

<sup>47</sup> La mayor parte de los monasterios chinos tienen tres patios principales, separados por tres paredes y portones.

#### 4. HISTORIA DEL MAESTRO MENG SHAN

Cuando tenía veinte años ya estaba enterado de este asunto (el Zen). Desde entonces, hasta los treinta y dos años, estudié con unos dieciocho ancianos con el fin de practicar el Zen. Sin embargo, no recibí de ellos una enseñanza clara. Después, estudié con el anciano de Wan Shan, quien me enseñó a observar la palabra “wu”. Él me dijo que, durante las doce horas del día, es menester estar alerta como un gato que acecha un ratón o como una gallina que empolla un huevo, sin abandonar ni un segundo la tarea. Hasta que no estamos plenamente iluminados, debemos trabajar sin descanso, como un ratón que roe un ataúd. Si se practica de esta manera, finalmente se descubrirá (la verdad). Siguiendo estas instrucciones, me puse a meditar y a contemplar diligentemente, día y noche, durante dieciocho días. De repente, mientras tomaba una taza de té, comprendí el sentido del gesto de Buda al mostrar la flor, y de la sonrisa de Mahakasyapa. Me sentí lleno de alegría. Interrogué a tres o cuatro ancianos sobre mi experiencia, pero guardaron silencio. Varios ancianos me dijeron que identificara mi experiencia con el samadhi del Sello del Océano<sup>48</sup>, y que no prestara atención a nada más. Este consejo me inspiró confianza en mí mismo.

Dos años después, en el mes de julio durante el Quinto Año de Chin Din (1264), contraí disentería en Chunking en la provincia de Szechaun. Movía el vientre cien veces al día y ya estaba próximo a la muerte. La experiencia adquirida me resultaba inútil y el llamado samadhi del Sello del Océano no me ayudaba en lo más mínimo. Tenía un cuerpo, pero no podía moverme. Decidí acostarme y esperar la muerte. Tenía una boca, pero no podía hablar. Todos los karmas y las otras alucinaciones tremendas aparecieron simultáneamente ante mí. Asustado, confundido, desorientado, me sentía abrumado por el peso de mis desdichas.

Con la muerte a un paso, decidí hacer testamento y disponer de mis bienes terrenales. Hecho esto, me incorporé lentamente, quemé incienso y me senté en un sitial elevado. Allí oré en silencio a los Tres Bienaventurados y a los dioses del cielo, arrepintiéndome ante ellos de todas las malas acciones que había cometido en mi vida. Luego hice mi último pedido: si mi vida está a punto de terminar, deseo mediante el poder de Prajna y un estado de mente moderado reencarnarme en un lugar favorable, en donde pueda hacerme monje a una edad temprana. Si por casualidad me recobro de esta enfermedad, renunciaré al mundo, tomaré los hábitos y trataré de llevar la luz a otros jóvenes budistas. Después de formular este voto, me encaré con la palabra “wu” y la observe interiormente. Mis intestinos tironeaban y se tendían repetidas veces, pero yo no les prestaba atención. Después de un largo rato sentí que mis párpados se fijaban firmemente. Pasó un largo rato en el cual no sentía la presencia de mi cuerpo. Nada más que el Hua Tou siempre presente en mi mente. No me levanté del sitial hasta la noche. Estaba a medias curado de mi enfermedad. Me senté de nuevo y medité hasta medianoche. Entonces mi curación fue completa. El cuerpo y la mente estaban serenos y cómodos.

En el mes de agosto fui a Chiang Ning e ingresé en el sacerdocio. Permanecí un año en aquel monasterio y después inicié un viaje. Durante el viaje, cocinaba mis alimentos. Sólo entonces comprendí que la tarea Zen debe practicarse continuamente y nunca a de ser interrumpida.

Más adelante paré en el monasterio del Dragón Amarillo. Cuando me senté a meditar por primera vez, la somnolencia se apoderó de mí, pero traté de despertarme y logré mi propósito. Nuevamente sentí sueño y nuevamente pude vencerlo. Cuando sentí sueño por tercera vez la somnolencia era muy, muy fuerte. Me levanté y me prosterné ante Buda, procurando ocupar mi tiempo. Después volví a mi sitial. Decidí vencer

---

<sup>48</sup> El Samadhi del Sello del Océano. Es el samadhi del estado del Buda. Así como el océano es el destino de todos los ríos y es también el gran espejo en el cual se reflejan todas las manifestaciones del mundo, se usa en forma figurada para describir la Sabiduría del Estado de Buda, que todo lo refleja, y que se expresa en el término samadhi. Esta expresión es usada frecuentemente por los maestros del Zen y del hua yen.

la somnolencia de una vez por todas. Al principio dormía un tiempo muy breve con almohada, después apoyando la cabeza en el brazo, después dormitaba sin acostarme. Durante dos o tres noches me esforcé de esta manera, y al día siguiente sentí sueño todo el tiempo. Los pies no parecían apoyarse en el suelo y me parecía flotar en el aire. De repente los oscuros nubarrones ante mis ojos se despejaron. Todo mi cuerpo se sintió cómodo y ligero como si hubiera salido de un baño caliente. Entretanto la “sensación de duda” en mi mente se intensificaba más y más. Sin esfuerzo aparecía ante mí automática e incesantemente. Ni sonidos ni visiones ni deseos ni nostalgias podían penetrar en mi mente. Era como el claro cielo de otoño, o como nieve pura llenando una copa de plata. Entonces pensé: “Todo está muy bien, pero nadie aquí puede darme consejo o resolver estas cosas para mí”. Entonces dejé el monasterio y fui a Che Chiang.

Durante el camino sufrí muchos inconvenientes, y mi trabajo se retrasó. Al llegar me quedé junto al maestro Ku Chan de Chin Tien, e hice el voto de que conseguiría la Iluminación o no abandonaría más el monasterio. Tras meditar un mes recobré el trabajo perdido en el viaje, pero, entretanto, mi cuerpo se llenó de ampollas. Las ignoré e intensifiqué mi trabajo, hasta llegar a descuidar mi propia vida. De esta manera, podía trabajar más y mejor, y me mejoraba. Así aprendí a trabajar estando enfermo.

Un día me invitaron a una comida. En el camino tomé mi Hua Tou y trabajé en él, y así, sin darme cuenta, pasé junto a la casa de mi huésped. Así aprendí a mantener el trabajo estando en actividad. Cuando llegaba a este estado el sentimiento era como la luna sobre el agua: transparente y penetrante. No podía ni dispersarse ni perderse en ondas sucesivas: era vivo, inspirador y activo todo el tiempo.

El seis de marzo, cuando estaba meditando en la palabra wu, el monje principal entró a la sala con la intención de quemar incienso. Al golpear la caja del incienso, produjo un ruido y yo, de repente, me reconocí a mí mismo y capté y vencí a Chao Chou<sup>49</sup>. En la ocasión, compuse esta estrofa:

Desesperado, llegué al punto muerto del camino;  
golpeé la ola  
(pero) no era más que agua.  
¡Oh, ese notable viejo Chao Chou,  
cuya cara es tan fea!

En otoño vi a Hsueh Yen en Ling An, así como a Tui Keng, Shih Keng, Hsu Chou y otros notables ancianos. Hsu Chou me aconsejó que le hiciera una consulta a Wan Shan, y yo seguí el consejo. Wan Shan me preguntó: “¿No es la frase **la luz brilla serenamente sobre la arena de la ribera** una observación prosaica de ese tonto de Chang?” Yo me disponía a contestar cuando el maestro Shan me gritó: “¡Vete!” A partir de ese momento ya no tuve interés en nada, me sentía desganado y obtuso en toda clase de actividad.

Pasaron seis meses. Un día de la primavera del año siguiente yo volví a la ciudad, de un viaje. De repente, subiendo una escalera de piedra, sentí que todas las dudas y todos los obstáculos que me abrumaban se desvanecían como hielo que se derrite. Me pareció que no estaba caminando por el camino con un cuerpo físico. Inmediatamente me fui a ver al maestro Shan. Éste me hizo la misma pregunta que ya me había hecho antes. Por respuesta, yo me limité a tirar al suelo el colchón de su cama. De este modo, uno a uno, fui comprendiendo los koans más oscuros y más intrincados.

Amigos: si queréis practicar el Zen debéis ser muy serios y muy atentos. Si yo no hubiera caído enfermo en Chungking, probablemente mi vida se habría malgastado. Lo importante consiste en encontrar un buen

---

<sup>49</sup> Chao Chou fue un destacado maestro Zen. Considerado como uno de los maestros Zen más notables y profundos, se estima que su ejemplo debe ser imitado por todos los budistas Zen.

maestro y tener un punto de vista justo. Por este motivo se buscaba con tanto ahínco a los maestros en la antigüedad, solicitando sin cesar su opinión sobre una y otra cosa. Pues tan sólo mediante una actitud seria es posible aclarar las dudas y asegurarse de la autenticidad de la experiencia y la comprensión del Zen.

## 5. HISTORIA DEL MAESTRO KAO FENG

La comprensión de este punto (Zen) requiere mucha determinación y seriedad, pues tan pronto como se la obtiene, surge la verdadera sensación de duda. (A veces) dudarás de esto o aquello, la duda surgirá automática e instintivamente por sí misma. Del alba al crepúsculo se aferrará a ti desde la cabeza a los pies. Se convierte en un todo, en una pieza continua que no puede disgregarse, por fuerte que la sacudamos. Aunque intentes echarla, seguirá aferrada a ti. En todos los momentos, se manifiesta claramente ante ti. Ahora es cuando puedes progresar. Al llegar a este estado, debemos mantener la mente recta e impedir los pensamientos secundarios. Cuando descubrimos que no sabemos que caminamos cuando caminamos, o que estamos sentados cuando estamos sentados, cuando somos inconscientes del frío, el calor, el hambre... entonces estamos a punto de llegar a la meta (la Iluminación). A partir de entonces podrá alcanzarse y mantenerse. (No tendrás que hacer nada) sino esperar que llegue el momento. Pero no dejes que esta frase te induzca a esperar perezosamente, ni te excites para afirmarte, luchando para llegar a ese estado con una mente ansiosa. Tampoco dejes pasar las cosas sin hacer nada. Debes conservar tu claridad mental y mantenerla continuamente hasta que llegues a la Iluminación. A veces encontrarás ochenta y cuatro mil soldados-demonios esperando la ocasión de irrumpir por la puerta de tus seis órganos<sup>50</sup>. Las proyecciones de tu mente aparecerán ante ti con el disfraz de buenas o malas, agradables o desagradables, como visiones raras o sorprendentes. El aferrarse levemente a estas cosas será una trampa que te esclavizará al servicio de sus órdenes y direcciones. Entonces hablarás y actuarás como un demonio. A partir de entonces, la causa justa de Prajna morirá para siempre, y la semilla de Bodhi no brotará jamás. En este tiempo debes contenerte y no mover tu mente y convertirte en un cadáver viviente. Después, mientras continúas y continúas, súbita y bruscamente sentirás como si te hicieran pedazos. Entonces llegarás a un estado que aterrará a los cielos y sacudirá a la tierra.

Entré en el sacerdocio a los quince años y me ordené a los veinte, en el monasterio de Chin Tzu. Me comprometí a aprender el Zen en tres años. Primeramente trabajé con el maestro Tuan Chiao. Me enseñó a trabajar en el Hua Tou: “¿Dónde estaba yo antes del nacimiento y dónde estaré después de la muerte?” (Seguí sus instrucciones y prácticas, pero no pude concentrar mi mente a causa de la bifurcación de este Hua Tou). Mi mente también se dividió.

Después vi al maestro Hsueh Yen. Me enseñó a observar la palabra wu. También me dijo que le informara diariamente. Explicó que esto era como realizar un viaje, y que diariamente debíamos averiguar qué progreso habíamos realizado. Como sus explicaciones eran tan sistemáticas y claras (me volví tan dependiente de ellas que), no realizaba ningún esfuerzo propio. En una ocasión, al entrar a su cuarto, me dijo: “¿Quién ha traído este cadáver en tu nombre?” No bien hubo terminado de decir esto, me echó del cuarto.

Más adelante seguí el ejemplo de Chin Shan y me quedé en la sala de meditación. Una vez, en sueños, recordé el koan: “Todas las cosas se reducen a la unidad, pero, ¿a qué es reducible la unidad?” En ese instante la “sensación de duda” surgió de repente en mí, al punto que no lograba distinguir al este del oeste o al norte del sur. Al sexto día de estar en este estado, mientras musitaba las plegarias colectivas, levanté mi cabeza y vi las dos últimas frases del poema compuesto por el Quinto Patriarca, Fa Yen<sup>51</sup>.

“Oh, eres tú, a quien

<sup>50</sup> Los seis órganos son los ojos, la nariz, la lengua, el cuerpo, el oído y la mente. “El órgano de la mente” es un tema muy discutido en la filosofía budista. Muchos intelectuales de la escuela yogachara creen que la Conciencia séptima, o “yo”, es el Órgano del cerebro.

<sup>51</sup> Fa Yen (circa 1104) era conocido como el Quinto Patriarca por la Escuela Lin Chi, y no debe confundirse con el Quinto Patriarca original, Hung Jeng, el maestro de Hui Neng.

yo siempre he conocido,  
y que vienes y te vas  
en los treinta mil días de un siglo”

Inmediatamente me puse a trabajar la frase: “¿Quién ha traído este cadáver en tu nombre?” (Me había quedado grabada desde el día en que el maestro Hsueh Yen la había dicho). Sentía como si mi espíritu hubiera perecido y como si mi mente hubiera resucitado después de la muerte. Era lo mismo que soltar el peso de una vara de transporte que pesara veinte libras. Yo contaba entonces veinticuatro años y había logrado ya mi deseo de realizar el Zen en el término de tres años.

Más adelante, se me preguntó: “¿Puedes dominarte a ti mismo a la plena luz del día?” “Sí, puedo”, contesté, “¿Puedes dominarte cuando estás soñando?” Mi respuesta fue nuevamente: “Sí, puedo”. “¿Cuando duerme sin sueños, dónde está el maestro?” No encontré respuesta ni explicación a esta pregunta. El maestro me dijo: “De ahora en adelante no quiero que estudies el budismo ni el dharma, no quiero que estudies nada, ni antiguo ni nuevo. Sólo quiero que comas cuando tengas hambre y que te acuestes cuando estés cansado. En cuanto te despiertes, pon alerta tu mente y pregúntate: ¿Quién es el maestro de este despertar, y dónde descansa su cuerpo y hacia dónde conduce su vida?”

En ese momento decidí que habría de entender esto de alguna manera, aunque en el empeño diera la impresión de ser un idiota para el resto de mis días. Pasaron cinco años. Un día, cuando trabajaba este punto en medio del sueño, un monje compañero que dormía a mi lado, en el dormitorio común, empujó la almohada y ésta cayó ruidosamente al suelo. En ese instante mis dudas desaparecieron de golpe. Sentí que había logrado saltar fuera de una trampa. Todos los koans desconcertantes de los maestros y los budas, y todos los diversos problemas y acontecimientos de los tiempos actuales y pretéritos, se volvieron claros para mí. A partir de entonces todo quedó en orden: no hubo bajo el sol nada ya que no fuera la paz.



### CAPÍTULO III

---

## LOS CUATRO PROBLEMAS DEL BUDISMO ZEN

Existe un creciente interés en el Budismo Zen, que ha dado lugar a muchos malentendidos en Occidente. Muchos occidentales, tras leer unos pocos libros sobre el tema, lo tratan como un pasatiempo o tema de conversación. Algunos pueden ser lo bastante serios como para estudiar el Zen, pero sacan rápidas conclusiones de las escasas fuentes de que disponen, en inglés u otros idiomas europeos. Algunos hasta llegan a practicar la meditación con grandes esperanzas de Iluminación, o, por lo menos, de tener algunas experiencias interesantes, después de unas horas de trabajo. Se satisfacen con soñar con el “aquí y ahora” de la Iluminación fácilmente alcanzada de “Yo soy Dios y un burro” y cosas por el estilo.

La mayoría de los estudiantes occidentales llegan meramente al estado en que se sienten vacíos de espíritu y con la mente confundida por la interminable “jerga” del Zen. Pero éste es un estado normal para los principiantes, también en Oriente. Antes que estos malentendidos puedan aclararse, se necesitan nuevas informaciones, y cuatro interrogantes vitales surgen y deben ser contestados:

1. ¿Es el Zen tan ininteligible y más allá del alcance del entendimiento humano, como dicen libros recientes?
2. ¿Qué es la Iluminación Zen? ¿Es la perfecta Iluminación del budismo ortodoxo? ¿Es una expresión única y decisiva o se trata de varias experiencias? En este último caso, ¿en qué forma difieren estas experiencias? ¿En su esencia o en profundidad?
3. ¿Qué relación hay entre las enseñanzas Zen y las de yogachara y madhyamika, las dos principales escuelas de pensamiento del budismo mahayana?
4. ¿Existe, por debajo de la superficie de los koans aparentemente irracionales del Zen algún sistema, orden o categoría que, al ser entendido, vuelva inteligible al Zen?



## **¿ES COMPLETAMENTE ININTELIGIBLE EL ZEN?**

Como conocimiento vital y verbal espiritual, el Zen depende de la respuesta a esta pregunta, porque si - *como suelen repetir algunos autores*- el Zen es incomprensible e irracional, ¿cómo podrá entenderlo el ser humano? Si toda intelección y todo conocimiento conceptual han de ser dejados de lado, los ilustres maestros Zen del pasado deben haber sido tontos de remate.

Pero la historia nos muestra otra cosa. Estos maestros eran más sabios que la mayoría, no sólo por sus conocimientos del Zen, sino también en muchos otros aspectos. Sus brillantes obras en arte, en literatura y en filosofía han sido indiscutiblemente de primer orden y ocupan un lugar prominente en la cultura china. Por lo tanto es posible que el error de algunos autores al exponer el Zen consista en su falta de distinción entre “entender” y “realizar”. Entender una cosa no significa realizarla. Entender al Zen de manera intelectual no debe confundirse con la realización directa de la verdad Zen. De esta manera lo que debería decirse es no “entender el Zen”, sino que con el fin de “realizar o captar el Zen” uno debe abandonar todos los hábitos adquiridos de conocimiento conceptual (en ciertas etapas). Entender el gusto maravillosamente frío, dulce y sabroso de un helado, no es equivalente a la experiencia de ese gusto. Entender que este gusto es frío, dulce y sabroso, no amargo, caliente o picante, puede compararse al hecho de entender al Zen en forma directa, inmediata y trascendente, y no en forma indirecta, abstracta y dualista.

Todo estudiante del budismo sabe que “entender” no es lo mismo que “realizar”. Lo primero pertenece al campo de “la medida indirecta”, lo segundo al campo del “discernimiento directo”. Confundir estas dos categorías sería equivalente al hombre que dijera a un sacerdote muy formal de su parroquia que Jesucristo no es más que “estiércol seco”. Estoy convencido de que a este hombre lo harían salir del templo, aunque, por supuesto, no en el sentido del Zen.

Entender al Zen mediante un proceso intelectual no es condenable, sino que es la única forma posible para el principiante, pues ¿quién podrá internarse en el Zen sin tener primeramente un cierto conocimiento conceptual del mismo? Aquí no hay excepciones para nadie.

Una completa negación del valor del intelecto es por supuesto reprobable desde el punto de vista de la filosofía, la religión y el Zen, especialmente desde el punto de vista Zen. Porque si el Zen debe ser considerado, como realmente es, la esencia del budismo, por intermedio del cual la Verdad última es expresada, debe estar libre de obstrucciones y ser omnicompreensivo. Esto está de acuerdo con la filosofía Hua Yen, que afirma explícitamente que, si la última verdad es omnipresente y penetrante, ha de ser omnicompreensiva y libre de toda obstrucción. Es así que hasta el “estiércol seco” participa del Buda. La montaña es la montaña y el agua es el agua, cuando tengo hambre como, y cuando tengo sueño duermo, los pájaros cantan y los peces nadan. ¿Qué hay de malo pues en el intelecto y en el conocimiento conceptual? ¿No están incluidos ellos en el Gran Tao? ¿No son actos en el maravilloso drama de la esencia del Buda? ¿No son la intuición y el intelecto partes gloriosas e indispensables en el gran drama del Dharmadhattu? (La totalidad que todo lo abarca).

Desde el punto de vista del Zen, pues, ¿qué razones nos asisten para favorecer unas cosas y aborrecer otras? El Zen se opone no al intelecto o al conocimiento conceptual como tales, sino a la dependencia del intelecto o de la conceptualización dentro de una situación de carácter adhesivo. Veamos ahora la forma en que el Zen hace alusión a este carácter humano adhesivo.

“En una ocasión, Hsiang Yen (siglo IX), propuso este problema a sus discípulos: Un hombre trepa a un árbol y se cuelga de una rama sujetándose con los dientes, dejando todos los miembros libres, sin ningún apoyo. Alguien se acerca y le pregunta: “¿Qué sentido tiene el hecho de que el Bodhidharma haya llegado

desde el occidente?” Si el hombre no contesta, peca por ello, pero si contesta, se caerá del árbol y perderá la vida. En semejante situación, ¿qué debe hacer?”

Este interesante koan puede interpretarse de dos maneras. En primer término usa la forma típica de técnica de los maestros Zen encaminada a que el discípulo sea llevado a un callejón sin salida que niega sus asociaciones y pensamientos habituales, logrando así una condición en la cual no hay cabida para el funcionamiento de sus pensamientos. De esta manera al empujar al discípulo a terreno desconocido, el maestro puede abrir el ojo de la sabiduría. En segundo término, si consideramos metafóricamente a este koan, nos encontramos con que recuerda el carácter adhesivo o posesivo de la mente humana. Es cierto que nosotros, como seres humanos, tenemos que aferrarnos a algo todo el tiempo. Nos parece inconcebible que la mente pueda funcionar si carece de un objeto en el cual pensar. En ningún instante podemos prescindir de un objeto que vuelva posible la actividad mental o física.

Además, en la mayoría de los casos, debemos tener más de un objeto al cual aferrarnos. Si perdemos uno, siempre podemos recurrir al otro; un ciego siempre recurre al oído y al tacto; un amante frustrado recurre al alcohol, a la religión o a alguna cosa parecida. Pero los maestros Zen siempre nos llevan a un estado de callejón sin salida, en el cual no hay nada que asir. No hay nada a qué aferrarse y nada de qué huir. Es el punto presente, este punto de desesperación al que hemos llegado y en el que debemos renunciar a nuestra adhesividad habitual en favor de la liberación grande y absoluta, es aquí que debemos abandonar la rutina de nuestros pensamientos habituales y entregarnos con las manos vacías, sin aferrarnos a nada, antes de poder dar el salto hacia el abismo ignoto de la Iluminación. Con el fin de confirmar el aserto de que el intelecto no es condenable, sino el hecho de aferrarse a él, habré de citar la famosa frase de Tilopa, el célebre gurú indio que fundó indirectamente la escuela Kagyutpa del Tibet, cuando impartía enseñanza a su discípulo Naropa, junto al río Ganges, sobre la doctrina de Mahamudra:

“No son las manifestaciones las que te han encarcelado en la samsara,  
es la adhesión la que te ha hecho prisionero.  
¡Oh, es la adhesión la que te ha hecho. Naropa!”<sup>52</sup>

Es la verdad que el Zen pone el acento sobre la experiencia directa y denuncia al mero intelecto, que es esencialmente abstracto e indirecto. Los maestros Zen no alentaban las especulaciones sobre el Zen, cuando ello era posible. No les gustaba hablar simplemente de lo que entendían, pues al proceder de tal manera, la gente concibe sobre el Zen una noción diferente, que los lleva al viejo círculo vicioso del intelecto y la filosofía. Es así que el método o el ardid que consiste en llevar directamente al discípulo al punto buscado, sin hablar nunca demasiado claramente del Zen<sup>53</sup> se convirtió en la única “tradición Zen”, seguida orgullosamente por sus adeptos. Esto no quiere decir que los maestros Zen fueran siempre sibilinos en sus observaciones. Contrariamente a la creencia que predomina ahora en Occidente, hablaban casi siempre en forma sencilla. Hasta los héroes de los extremistas, como Ma Tsu y Lin Chi, eran sencillos y comprensibles con frecuencia. Sus instrucciones se parecían a las de un sacerdote bondadoso, que predica sencillamente y con gran sinceridad. Esto se debe a que el Zen es, eminentemente, práctico. Se preocupa, solamente, de llevar el hombre a la Iluminación. Sin embargo, como los individuos varían grandemente en sus capacidades y aptitudes, los maestros Zen usan métodos y enseñanzas diferentes para

<sup>52</sup> Esta es una famosa sentencia del mahamudra, muy usada en el Tibet. En tibetano:

Snan wa ma byin shen ya byin  
Shen pa khyod kys Naropa

<sup>53</sup> “Pu-shuo-po” (“para no hablar demasiado claramente”) es traducido correctamente por Hu Shih en su artículo: Chan Buddhism in China, Philosophy East and West, III (nº I, abril de 1953) aunque su punto de vista es el del historiador, y por lo tanto no siempre es justo filosóficamente. Suzuki ofrece una explicación compleja de “pu-shuo-po”, que ocupa más de tres páginas de su artículo A reply to Hu Shih (Philosophy East and West) (nº I, abril de 1953). Me temo que Suzuki no comprenda lo esencial. El sólo subraya el aspecto inexpresable o inescrutable de la Verdad Zen.

individuos diferentes en circunstancias distintas. Así, los estilos y expresiones Zen varían mucho, desde los koans más enigmáticos e irracionales hasta las enseñanzas más sencillas y comprensibles. El hecho irónico es que, aunque el Zen pretende ser (una transmisión especial fuera de las Escrituras, que no depende ni de las palabras ni de la letra) los monjes Zen han escrito muchos más libros que ninguna otra secta budista en China.

Para terminar la discusión sobre la primera interrogación, mi respuesta es la siguiente:

1. El Zen no está enteramente fuera del entendimiento humano.
2. La realización del Zen llega por medio del entendimiento del Zen.
3. En última instancia, no es completamente equivocado el excluir o denigrar cualquier dharma. Esto, naturalmente, incluye el intelecto y el conocimiento conceptual, porque éstos están comprendidos en y son idénticos a la suprema sabiduría<sup>54</sup>
4. El abandono del conocimiento conceptual es sólo temporal, ya que se trata de un medio práctico, no de una meta buscada.
5. El intelecto es rechazado por los maestros Zen sólo en ciertos casos y en determinados estados.

---

<sup>54</sup> Hay tres escuelas de pensamiento, en el budismo, sobre la relación entre los klesas (pasiones o deseos) y el bodhi, el samsara y el nirvana. El mahayana general recomienda la transformación de las pasiones en bodhi. Theravada subraya la necesidad de destruir las pasiones con el fin de lograr el nirvana. La tercera escuela insiste en la identidad entre los seres sensibles y el Buda, las pasiones y el bodhi, el samsara y el nirvana, pues desde el punto de vista más alto no hay diferencia entre lo puro y lo impuro. Este último punto de vista es sostenido por el Zen y por el Tantra

## ¿QUÉ ES LA ILUMINACIÓN DEL TIPO ZEN?

La “iluminación” o wu es el fondo del Zen: ¿qué es esta experiencia wu?<sup>55</sup> ¿Se trata de una experiencia o de varias?

La simple respuesta está dada en la siguiente tentativa de definición del wu: Wu es la experiencia directa que consiste en mantener, desarrollar o captar la esencia de la mente en su totalidad. En esencia, esta experiencia ilumina y, sin embargo, es vacía, serena y dinámica, ascendente e inmanente, libre y abarcándolo todo. Las experiencias wu son una y muchas: una porque son idénticas en esencia; muchas, porque difieren en profundidad, claridad y eficacia. Esto da una ligera idea del sentido y la naturaleza del wu.

Pero, antes de seguir examinando la experiencia wu, examinemos primero el significado de la palabra china wu. Wu significa “despertar ante el hecho”, o más libremente “comprender”. El uso de esta palabra, en la tradición Zen, para indicar las experiencias internas del despertar a la prajna (Verdad realizada por medio de la sabiduría trascendental) no es el mismo del samyasambodhi, que consiste en la iluminación última. Los budistas chan en China rara vez hablan del sambodhi o hablan de su experiencia chan como bodhi (**chueh**). Aunque el **chueh** y el **wu** están muy cerca, existe entre ellos una diferencia. El **wu** se refiere, principalmente, al despertar de la experiencia en su sentido inmediato y el **chueh** denota la iluminación permanente y completa. Por ejemplo, **ta chueh** se usa sólo en referencia al Buda, y se aplica raras veces a los afamados maestros chan, salvo en un sentido honorífico o de cumplimiento. Hay muchas otras razones que demuestran que las experiencias **wu** son distintas y no se parecen a la iluminación final, completa y perfecta del budismo, tal como se entiende en general. El uso frecuente de **wu**, en lugar de **chueh**, por los budistas chan, ilustra en este punto.

Como el wu es principalmente, la experiencia del despertar a la verdad (Prajna) la persona que logra la experiencia wu puede no ser capaz de dominarla, profundizarla y madurarla. Se necesita mucho trabajo para cultivar esta amplia e insondable prajna, antes de que florezca enteramente. Se necesita mucho tiempo antes de llegar a la perfección, con el fin de apartar los pensamientos dualistas, egoístas y profundamente arraigados que surgen de las pasiones. Esto queda demostrado claramente en muchas historias Zen, y en el siguiente proverbio Zen: “La verdad debe ser comprendida por medio de una iluminación instantánea, pero el hecho (la completa realización) debe ser cultivada gradualmente<sup>56</sup>”.

Así, la iluminación Zen, o wu, varía mucho, desde el atisbo superficial de los principiantes sobre la esencia mental, hasta el budismo total, como fue realizado por Buda y unos pocos adelantados maestros Zen. Sin embargo, estas experiencias son diferentes sólo en profundidad, no en esencia o por su principio básico. Para entender el budismo Zen, por lo tanto, debemos estudiar las obras que tratan de este asunto, tales como los Cuadros Pastoriles, el Principio de las Tres Puertas, las Cinco Posiciones del Rey y del Ministro, las Cuatro Distinciones de Lin Chi, y otras fuentes, con sus comentarios. Sin un cierto entendimiento de estas obras, apenas podremos entender al Zen, ni siquiera superficialmente.

Para dar al lector occidental un cuadro más genuino de la forma en que se produce la iluminación Zen, traduzco aquí una breve autobiografía de Tieh Shan, en la cual cuenta su experiencia personal del wu durante su larga lucha por alcanzar la Iluminación. Esta es una información de primera mano, mejor que cualquier explicación o descripción dada por estudiantes aventajados o inexpertos.

<sup>55</sup> Wu, pronunciado según el “cuarto tono”. Esta palabra no es igual a la otra wu (ver nota 3, capítulo II).

<sup>56</sup> Proverbio Zen muy conocido, muy usado por los estudiantes del Zen en la China.

**Tieh Shan escribe:**

“Conocí el budismo desde que tenía trece años. A los dieciocho ingresé al sacerdocio... Después, un día leí una tesis traída por un monje de Hsueh Yen, llamada *Meditaciones avanzadas*. Esto me hizo comprender que yo todavía no había llegado a ese punto. Entonces fui a ver a Hsueh Yen y seguí sus instrucciones acerca del modo de meditar sobre la palabra wu. En la cuarta noche, el sudor surgió de todo mi cuerpo, y me sentí cómodo y liviano. Permanecí en la Sala de Meditación, concentrado, sin dirigir a nadie la palabra. Después vi a Miao Kao Feng, quien me dijo que continuara meditando sobre la palabra wu sin cesar, día y noche. Cuando me levanté, antes del alba, el Hua Tou (la esencia de la sentencia)<sup>57</sup> inmediatamente se presentó ante mí. En cuanto tuve un poco de sueño dejé el asiento y descendí. El Hou Tou me acompañó mientras caminaba, me preparaba la cama o la comida, cuando tomaba la cuchara o cuando dejaba de lado los palillos. Estaba conmigo todo el tiempo, en todas mis actividades, día y noche. Si uno logra fundir su mente en un todo continuo y homogéneo, la Iluminación está asegurada. Como resultado de este consejo, me convencí completamente de que había alcanzado este estado. El veinte de marzo el maestro Yen se dirigió a la congregación:

“Mis queridos hermanos: es inútil tener sueño si permanecéis largas horas en vuestros, asientos. Si estáis somnolientos debéis levantaros, caminar, lavaros la cara y la boca y refrescaros los ojos con agua fría. Después volved a vuestros asientos, sentaos erguidos, refrescad vuestras mentes como si estuvierais al borde de un precipicio de diez mil pies y concentraos en vuestro Hua Tou. Si trabajáis de este modo durante siete días, sin duda llegaréis a la realización. Yo realicé un esfuerzo semejante hace cuarenta años”.

Empecé a mejorar en cuanto seguí estas instrucciones. Al segundo día sentí que no podía cerrar los ojos, aun en los momentos en que quería hacerlo. Al tercer día sentí que mi cuerpo flotaba en el aire; al cuarto día me volví completamente inconsciente de todo lo que sucedía en este mundo. Aquella noche permanecí un rato apoyado contra una baranda. Mi mente estaba tan serena como si no estuviera consciente. Mantenía constantemente ante mí, mi Hua Tou, y después volvía a mi asiento. En el momento en que iba a sentarme, súbitamente tuve la sensación de que todo mi cuerpo, desde la coronilla hasta la punta de los pies, estaba dividido. Tuve la sensación de que me rompían el cráneo, o que me levantaban hasta los cielos desde un pozo de una profundidad de diez mil pies. Entonces conté al maestro Yen (este éxtasis indescriptible) y la alegría desprendida que acababa de experimentar.

Pero el maestro Yen dijo: “No, no es esto. Debes seguir trabajando tu meditación”.

A mi pedido, citó entonces unas palabras del dharma, cuyos últimos versos eran:

Para propagar y glorificar las nobles hazañas  
de los Budas y los patriarcas  
te hace falta recibir  
un buen martillazo en la nuca.

Yo me preguntaba: “¿Por qué necesito un martillazo en la nuca?” Evidentemente, todavía había en mi mente una ligera duda, algo de lo cual no estaba seguro. Así, seguí meditando un, largo rato todos los días,

---

<sup>57</sup> Hua Tou (la esencia de la frase). Suzuki habla del “ejercicio koan” en vez del “ejercicio hua tou” en la mayoría de sus escritos. Aunque tanto “koan” como “hua tou” pueden utilizarse para designar el “ejercicio de indagación del Zen”, la última expresión es la original y más apropiada. “Koan” designa toda la anécdota Zen, además de la cuestión indagada, y por lo tanto es un término general, mientras que hua tou es específica. Hua tou designa tan sólo el problema, no la historia completa, y en la mayoría de los casos quiere decir “punto esencial”, “esencia” de lo que está en discusión.

durante medio año. Después, en una ocasión en que me preparaba un cocimiento de hierbas para un dolor de cabeza, recordé un koan en el cual Nariz Roja hacía una pregunta a Naja: “Si devuelves tus huesos a tu padre y tu carne a tu madre, ¿dónde, entonces, estarás tú?”

Recordé entonces que, cuando el monje que me recibió me hizo por primera vez esta pregunta, yo no supe contestarle, pero ahora, súbitamente, mi duda había desaparecido. Después, fui a ver a Meng Shan. El maestro Meng Shan me preguntó: “¿Cuándo y dónde podemos considerar que ha terminado nuestro trabajo Zen?”

Nuevamente, no supe contestar. El maestro Meng Shan insistió entonces en que debía trabajar con mayor ahínco en la meditación (dhyana) y que debía dejar de lado los pensamientos mundanos habituales. Cada vez que entraba a su habitación y daba una respuesta a su pregunta, él decía que aún no había entendido la cosa. Un día medité desde la tarde hasta la mañana siguiente, usando el poder de dhyana para mantenerme y avanzar, hasta que alcancé directamente (el estado de) profunda sutileza. Dejando el dhyana me dirigí adonde estaba el maestro y le conté mi experiencia. Él preguntó: “¿Cuál es tu rostro original?”

Cuando iba a contestar, el maestro me echó afuera y cerró la puerta. A partir de ese momento, logré cada día un mejoramiento sutil. Más tarde comprendí que toda la dificultad había surgido porque yo no había permanecido bastante tiempo con el maestro Hsueh Yen trabajando en los aspectos delicados y sutiles de la tarea. Pero ¡cuán afortunado fui en encontrar un maestro Zen tan excelente! Sólo gracias a él pude llegar a este estado. No había comprendido que si uno se ejercita de manera incesante e insistente, siempre habrá de lograr algo, de vez en cuando, y su ignorancia disminuirá a cada paso del camino. El maestro Meng Shan me dijo: “Esto es lo mismo que pulir una perla. Cuanto más la pulas, más brillante, clara y pura se vuelve. Un pulimento de esta clase es superior a todo un trabajo de encarnación”. Sin embargo, cuando quería contestar a la pregunta de mi maestro, él me decía que aún me faltaba algo.

Un día, en medio de la meditación, la palabra “faltar” se presentó en mi mente, y de repente sentí que mi cuerpo y mi mente se abrían de par en par desde la médula de mis huesos, en forma completa. (El sentimiento fue) como si una antigua montaña de arena se disolviera de repente bajo el sol ardiente, surgido después de muchos días oscuros y cubiertos. No pude evitarlo y me eché a reír a carcajadas. Salté de mi asiento, agarré el brazo del maestro Meng Shan y le dije: “Dime, dime: ¿qué me hace falta, qué me hace falta?”

El maestro me abofeteó tres veces y yo me prosterné tres veces ante él. Él dijo: “¡Oh, Tieh Shan, has tardado muchos años en llegar a este punto!”<sup>58</sup>.

---

<sup>58</sup> Esta anécdota está tomada de Chu Hung (1535-1616), Exhortación al Progreso Zen (Chan kuan tse chin).

## EL ZEN Y EL BUDISMO MAHAYANA

¿Qué relación media entre las enseñanzas del Zen y las escuelas principales del mahayana, a saber, el yogachara y el madhyamika?

Desde el punto de vista mahayana, las únicas diferencias reales entre el budismo corriente y el budismo Zen consisten en las técnicas peculiares utilizadas y las expresiones no convencionales usadas por el Zen para ilustrar la verdad-prajna de la esencia de la mente. El Zen concuerda con la filosofía básica del yogachara y el madhyamika, y abarca la esencia de ambas enseñanzas. En primer término, veamos la forma en que el Zen se parece al yogachara.

### Yogachara y Zen

La filosofía de la Mente-sola (vijñaptimātra) de yogachara es resumida por Msuang Chuang en su traducción-composición del Chen Wei Shih Lung: “En el samsara o en el nirvana no se encuentran dharmas<sup>59</sup> aparte de la conciencia. Algunos dharmas pueden ser atribuidos a las formas de la conciencia, otros son réplicas y objetos transformados por la conciencia; otros corresponden a las divisiones, reinos y esencia de la conciencia”<sup>60</sup>.

El primer grupo y el Último constituyen los puntos más importantes de la filosofía de la Mente-sola. Por medio de ellos podemos apreciar los paralelos entre el Zen y el yogachara.

Según el yogachara, cada una de las Ocho Conciencias<sup>61</sup> tiene tres divisiones funcionales<sup>62</sup> 11: en primer lugar, la parte objetiva o vista (**laksana-bhaga**), equivalente a lo que los epistemólogos llaman los datos de los sentidos; en segundo término, la parte subjetiva o vidente (**darsana-bhaga**) la facultad cognoscente que muchos filósofos toman, erróneamente, por la mente en sí; en tercer lugar, la parte auto consciente (**sakṣatkari-bhaga**). Esta parte auto consciente es considerada por el yogachara la conciencia pura propiamente dicha, mientras que las otras dos partes son tenidas por vagas imaginaciones, creadas por la conciencia mediante sus caminos habituales. Este énfasis en la parte auto consciente tiene mucha importancia, y tiene efectos considerables, especialmente desde el punto de vista práctico. También esto se encuentra en el Zen. El maestro Shen Hui (668-770) decía: “La palabra conocimiento (**chih**) es la puerta que lleva a todos los misterios”<sup>63</sup>. Por **chih** entendía él aquí la autoconciencia profunda o intuición-prajna, como ha señalado acertadamente el Dr. Suzuki en su “Respuesta a Hu Shih”<sup>64</sup>. Este **chih**, o autoconciencia, es intrínsecamente no-dualista. Puede ser consciente de sí misma y también puede ser consciente en sí, sin necesidad de que medie un objeto exterior como estímulo o apoyo indispensable para que el sistema dualista de pensamiento pueda funcionar. Es así que el mantenimiento de la autoconciencia

<sup>59</sup> “Dharma” es una palabra muy usada en el budismo. Si bien tiene muchos significados, los dos más comunes son: (a) la doctrina budista o las enseñanzas del Buda, y (b), ser, existencia, sujeto, principio, etc. Dharma es usado aquí en el último sentido.

<sup>60</sup> Hsuan Chuang (596-664), Chen Wei Shih Lun (Vijnapti-matratosid-dhisāstra).

<sup>61</sup> Las Ocho Conciencias son: la vista, el oído, el olfato, el gusto, el tacto, la mente, el yo y el depósito de la conciencia.

<sup>62</sup> Según Sthimarati, no hay más que tres zonas en cada conciencia. En contraste con la teoría de Dharmapala sobre las cuatro porciones, la teoría de Sthimarati es mucho más clara y más simple. La teoría de las cuatro porciones parece redundante, y ha sido criticada por varios filósofos del yogachara en años recientes. Una explicación de las cuatro porciones es dada por Junjiro Takakusu en *The Essentials of Buddhist Philosophy* (Honolulu, Universidad de Hawaii, 1947).

<sup>63</sup> Véase Hu Shih: *Chan Buddhism in China* (Philosophy East and West, III). Hu Shih traduce: “La palabra conocimiento es la puerta a todos los misterios”.

<sup>64</sup> Suzuki: *Philosophy East and West*, III

detendrá automáticamente el funcionamiento de la primera parte (lo objetivo conocido) y la segunda parte (lo subjetivo que conoce). El cultivo de la autoconciencia o de la pura conciencia suprimirá de esta manera todos los pensamientos dualistas y llevará a la Iluminación. Este es el fondo del yogachara, y la razón por la cual el yogachara y el Zen insisten en la importancia de contemplar la propia esencia-mente mediante la supresión del sistema dualista de pensamiento.

Tanto el Zen como el yogachara sostienen que no existen dharmas fuera de la mente, de la cual sólo son manifestaciones e imágenes. La única diferencia entre el Zen y el yogachara consiste en sus maneras de aproximarse a y expresar una misma verdad. Por ejemplo, el yogachara explica los estados de la mente por medio de un análisis, en forma más bien pedante y cansadora. Pacientemente, da toda clase de detalles y de clasificaciones de los estados de la mente mientras que el Zen expresa lo mismo en forma vivaz y dramática. En contraste con las detalladas descripciones del yogachara sobre la forma en que la conciencia del **alaya** (depósito) evoca al mundo exterior, proyecta sus propias imágenes, mantiene los gérmenes de los nombres y las formas, los gérmenes de los pensamientos habituales, etc., el Zen explica estas verdades en forma sencilla y esclarecedora.

El arte de elucidar la Verdad profunda y oscura por medio de palabras simples y vivaces se encuentra en muchas historias Zen. La observación de Hui Neng (638-713) sobre la bandera que ondea y el viento es un ejemplo típico: “Dos monjes discutían sobre si era el viento o la bandera que se estaba moviendo. Por largo tiempo no pudieron resolver el problema. Entonces tomó la palabra Hui Neng y dijo: “No es el viento ni es la bandera: es la mente que se mueve”<sup>65</sup>. En contraste con el yogachara, el Zen explica las verdades más profundas con el lenguaje más simple y del modo más sencillo.

Otro contraste fuerte entre el yogachara y el Zen consiste en que el primero adopta una actitud gradual en relación a la Iluminación, mientras que el segundo avanza directamente y quiere posesionarse de golpe. La actitud gradual del yogachara está dada por el proceso de meditación llamado “Observación sobre la doctrina de la Mente-sola en cinco etapas”, sistematizado por Kuei Chi (632-682). La tercera etapa es la decisiva. Se designa como la “reducción de los brotes a la conciencia principal”. En esta etapa el estudiante debe despojarse de sus partes primera y segunda y llegar a la autoconciencia. La cuarta etapa se llama “control de la conciencia inferior y desenvolvimiento de la conciencia superior”. En esta etapa al estudiante se le enseña a recogerse en la conciencia pura y a disociarse de las actividades funcionales. La quinta etapa se llama “abandono de las formas, y realización de la naturaleza de la conciencia”, entendiéndose por “formas” la “sombra” o la “adherencia” de la conciencia pura. En otras palabras, no es posible comprender la naturaleza de la Realidad última hasta no haber aniquilado todas las tendencias innatas o adquiridas, incluso las del yo y las de los dharmas. Estas etapas progresivas del desenvolvimiento de la conciencia pura nos recuerdan la observación del famoso maestro Te Shan: “Si no entiendes, te daré treinta golpes, y si entiendes, te daré, de todos modos, treinta golpes”<sup>66</sup>.

Es fácil entender la justificación de los golpes si uno no entiende la verdad. Pero, ¿por qué merece uno golpes después de la Iluminación? Superficialmente, parece que el maestro quisiera probar al discípulo, pero si pensamos en ello, nos damos cuenta de que los golpes que vienen después de la Iluminación tienen el propósito de llevar al discípulo a un estado superior de Iluminación, arrancándolo de su adhesión a la experiencia superficial que ya ha alcanzado. Los maestros Zen rara vez explican claramente sus intenciones, si pueden. Prefieren actuar y no explicar, demostrar y no exponer. Es en este punto que el Zen difiere esencialmente del yogachara.

## El Madhyamika y el Zen

<sup>65</sup> Discursos de los Seis Patriarcas, p. 18.

<sup>66</sup> Te Shan go to egen, Libro VII.



La notable y valiosa contribución del budismo a la filosofía es su amplia y profunda enseñanza del Vacío (Sunyata). Examinando la historia de la filosofía, tanto en Oriente como en Occidente, es difícil encontrar una escuela de pensamiento que pueda igualar al budismo en este sentido. Al parecer, uno de los motivos principales que ha inspirado a los filósofos y teólogos de Occidente a buscar la Verdad, es éste: ¿qué es la existencia y cómo existen las cosas? Podemos llegar a decir que éste es el resorte básico de las filosofías occidentales. En contraste con esta concentración en el estudio de la existencia, el budismo pone el acento en el estudio de la Vaciedad, de la no existencia. Los pensadores occidentales actuales no han visto tal vez claramente la importancia y el significado de Sunyata, pues es tan sólo recientemente que esta filosofía ha sido presentada al Occidente, salvo algunos fragmentos a través de traducciones parciales de los textos budistas. Si bien todo el campo de los estudios Sunyata está por ser explorado aún por el Occidente, la filosofía del Vacío ha tenido una influencia incalculable sobre los pensadores budistas y no budistas en el Asia, como lo demuestra la historia.

En los primeros tiempos de la historia del budismo, cuando se practicaba y se especulaba con la doctrina Sunyata, la teoría del **no-yo (anatman)** y la idea del “nirvana sin residuos” (**nirupadhi-sesanivanam**) fueron expuestas y surgieron muchos **Arhats** cuando los intelectuales analíticos de la escuela Yogachara examinaron el problema del Vacío. Quedó fundada la filosofía de la Mente-sola y la teoría de los dos Vacíos, junto con un complejo sistema de psicología budista. Junto con el Tantra, surgió el Vehículo del Diamante (Vajrayana) asimilado por las mentes de los piadosos y cándidos tibetanos; esta doctrina los dominó y finalmente reemplazó al tantrismo tibetano de tipo ritual, dando origen a la enseñanza popular llamada “Práctica de la Esencia de la Mente”. Cuando el Sunyata es tratado no como un ejercicio especulativo sino como el campo en el cual pueden resolverse todos los problemas básicos del budismo, uno se siente inclinado a buscar los aspectos prácticos y no los teóricos de las enseñanzas Sunyata. Este impulso fue tan fuerte y tan serio que, al conjugarse con la mente práctica de los chinos, produjo el **Chan** (Zen). Por lo tanto es imposible entender ninguna forma de budismo, especialmente el Zen, sin una comprensión plena de la filosofía del Vacío.

No tenemos aquí lugar para tratar exhaustivamente la relación entre el Zen y el Prajnaparamita de la filosofía Madhyamika, de tal manera que me limitaré a reproducir aquí algunas anécdotas Zen y algunas frases del Prajnaparamita para ilustrar las semejanzas entre ambos.

Madhyamika (el Camino del Medio) es llamada también la Doctrina del Vacío. Su filosofía central es el estudio del Vacío, pero el Vacío es difícil de describir o definir en su sentido directo e inequívoco. La mente humana está total y desesperadamente ligada a la creencia en la existencia. Las formas del pensamiento humano *-buenas o malas, superficiales o profundas, sintéticas o analíticas-* son todas producidas por el “aferrarse a los dharmas”, lo que vuelve el Vacío in-adhesible a la mente. Como consecuencia, el uso de cualquier palabra o idea para definir o para describir el Vacío fracasará seguramente. Podemos describirlo mejor sólo por intermedio de las implicaciones. Por ejemplo, “vacío” significa “no contener ninguna cosa”, etc. Por mucho que nos empeñemos o procuremos hacerlo, podremos describir o definir al Vacío sólo por medio de la anulación de la existencia, aunque evidentemente ésta es una aproximación indirecta e inútil. La definición obtenida de esta manera nunca podrá tener un significado positivo y satisfactorio. La ausencia misma de una definición positiva del Vacío refleja la verdad y el valor práctico de las “Ocho Negaciones”<sup>67</sup> del Madhyamika. Aunque el Vacío puede ser alcanzado por la negación y por la afirmación por igual, como lo demuestran muchas historias Zen, el mejor camino de aproximación para la mayoría de la gente es por medio de la negación. La negación es el mejor antídoto para la abrumadora tendencia heredada hacia el yo y las adherencias dharma de la mente. Así, estas Ocho Negaciones dadas en el Madhyamika Sastra, no deben ser tratadas como filosofía negativa, sino como instrucciones con valor práctico para la meditación Prajna. La Verdad última es

---

<sup>67</sup> Las Ocho Negaciones son: no aparecer, no extinguirse, no eternizarse, no cesar, no ser uno, no ser múltiples, no llegar, no ir.

expresada aquí por medio de la negación absoluta. Esto se llama “ilustrar por medio de la negación”, método favorito y ampliamente usado por los maestros Zen. Hasta podemos llegar a decir que la mayoría de los koans Zen se basan en esta aproximación.

Los ingeniosos maestros Zen usan coloridas frases para ilustrar la verdad-Prajna. **Tou-to** es un buen ejemplo. **Tou** significa “penetrar o romper”, **to** significa “librar o pelar”. Romper las paredes de las adherencias y liberar las concepciones dualísticas es el único camino de obtener la Iluminación. El propósito de predicar las Ocho Negaciones, los Dieciocho Vacíos, etc. en sastras y sutras, es simplemente para que rompamos y liberemos. Pero notad cuán fácil y simple es la expresión Zen: ¡la abundante literatura Prajnaparamita y Madhyamika es expresada en dos palabras! En una palabra, la enseñanza de Madhyamika es en esencia idéntica a la del Zen, y la única diferencia es que el Zen se expresa de manera más práctica y vivaz. Los golpes y las inesperadas respuestas del Zen, “que nos dejan atónitos”, son un método más directo y práctico que las Ocho Negaciones y los Dieciocho Vacíos, etc. Nos llevan directamente al corazón de la verdad-Prajna.

El Sexto Patriarca preguntó a Huai Jang (?-775): “¿De dónde vienes?” Huai Jang replicó: “Vengo del monte Su”. El Patriarca dijo: “¿qué es eso y de dónde viene?” Huai Jang contestó: “Cualquier cosa que diga estará lejos de la verdad”<sup>68</sup>.

En contraste con las Ocho Negaciones esta observación es más explícita e ilustra directamente el carácter indefinible e incomprensible de Prajna.

Un monje le preguntó a Chao Chou (778-896): “Todas las cosas pueden reducirse a lo uno, ¿a qué es reducible ese uno?”

¿No refleja acaso típicamente esta pregunta el aspecto profundo de la “totalidad del Vacío”, que trasciende todos los principios monoteísticos y caracteriza al budismo como a una súper-religión? Pero Chao Chou replicó: “Cuando estaba en Chin Chou, me hice un traje de tela que pesaba siete chin”<sup>69</sup>. Nada más lógico que esta contestación, o más estúpido que el hecho de hacerse un traje que pesa nueve libras. Esta declaración, que no tiene ningún sentido para un intelectual, parece ser muy estúpida aun para el hombre corriente. Pero si la analizamos cuidadosamente, esta declaración pedestre y aparentemente estúpida demuestra claramente las limitaciones del pensamiento humano, moldeado por formas derivadas y estereotipadas. La declaración sugiere que debemos ir más allá de los conceptos para lograr la respuesta a la pregunta incontestable. Chao Chou era un maestro notable, pero a veces demasiado profundo y no se le podía entender. El mismo Huang Po (?-850) no lograba entenderlo<sup>70</sup> aunque Hsueh Feng (822-908) dijo que era el antiguo Buda y se prosternaba ante él a la distancia, cuando lo veía<sup>71</sup>.

Por otra parte, las historias y los dichos Zen no desconciertan a los adeptos Madhyamika. Estos encuentran que el punto de vista Zen es interesante y tiene sus lados buenos y malos. Asimismo, piensan que hay un gran peligro en la conversación sin sentido cuando no hay una comprensión interior del tema. Esto es lo que ha sucedido realmente en el Zen, cuyos maestros llaman a esta clase de imitación indigna “el Zen de la boca”. Para los adeptos Madhyamika la declaración Zen de que Buda es un bastón de estiércol seco no es ni sacrílega ni sorprendente, pues saben que en el Sutra Prajnaparamita se dice

<sup>68</sup> La Transmisión de la Lámpara, Libro V.

<sup>69</sup> Chin es una medida china de peso, equivalente a un poco más de medio kilo.

<sup>70</sup> Véase el koan de “Ajustar el Arco cuando el Ladrón ya se ha ido”, National Translation of the Collective Works in Zen Studies, XVI.

<sup>71</sup> Ver el koan de “La Fuente Fría y el Antiguo Torrente”, National Translation of the Collective Works in Zen Studies, XVI.

claramente: “La naturaleza vacía de todos los dharmas no surge y no se extingue, no es pura ni impura, no crece y no decrece...”

Al entender que la realidad no es pura ni impura, se logra ver al Buda tanto en el estiércol como en el cielo<sup>72</sup>. Terminando nuestra comparación entre la doctrina Madhyamika y el Zen podemos extraer la siguiente conclusión: el estudio del Zen lleva a una mayor comprensión de la doctrina Madhyamika y el estudio de ésta lleva a una mejor comprensión del Zen.

---

<sup>72</sup> Ver el Prajnamita Sutra.

## LAS “CUATRO DISTINCIONES” DE LIN CHI

¿Existe por debajo de los koans aparentemente ilógicos del Zen un sistema, un orden, una categoría que pueda volvernos más inteligible al Zen?

La respuesta es “sí”. Varios sistemas distintos han sido expuestos por los maestros Zen para clasificar a los koans. Entre éstos, el procedimiento de Lin Chi, llamado las Cuatro Distinciones<sup>73</sup> puede considerarse el más efectivo para descifrar un buen número de koans enigmáticos. Las Cuatro Distinciones fueron expuestas por Lin Chi a sus discípulos, cuando dijo:

A veces arranco a la persona, pero salvo, o no arranco, al objeto;  
a veces arranco el objeto, pero salvo a la persona;  
a veces arranco al objeto y a la persona; y  
a veces no arranco ni a la persona ni al objeto<sup>74</sup>.

Con el fin de aclarar esta cita he de traer a colación en primer término, la abstrusa explicación del mismo Lin Chi, luego el comentario de Tsu Yuan (siglo XVII) y finalmente expondré mi propia interpretación. Ante todo empecemos por explicar esta expresión peculiar: “las Cuatro Distinciones”. “Arrancar una persona” significa rechazar, negar, repudiar, desaprobado o hacer a un lado a la persona que viene a buscar a un maestro Zen en procura de instrucción; “salvar el objeto” (**ching**) significa no desaprobado la observación hecha por la persona. La palabra **ching**, empleada por los budistas chinos, tiene muchos significados y puede querer decir escena, dominio, esfera, objeto, comprensión, etc. Los budistas Zen parecen dar un sentido especial a esta palabra; por ejemplo **ching-py-sheng** hace referencia a una determinada experiencia específica que aún no conoce el discípulo. Es así que **ching** se refiere a una experiencia o captación de la propia mente que puede ser considerada como un “objeto” imaginado o comprendido por la mente. Por razones de claridad traduzco esta expresión como “objeto”, aunque esto no debe entenderse demasiado literalmente.

Hablando en general, “arrancar la persona pero salvar al objeto” significa rechazar al curioso pero no a su pregunta. Las otras tres distinciones pueden entenderse por analogía. Estas Cuatro Distinciones son métodos utilizados por los maestros Zen en el trato con discípulos que están en cuatro niveles distintos de comprensión del Zen.

La propia explicación de Lin Chi se encuentra en su “Discurso”<sup>75</sup>:

El discípulo preguntó: “¿Qué significa arrancar la persona, salvar el objeto?” Lin Chi contestó:

“Cuando sale el sol refulgente  
toda la tierra se cubre de bordados primorosos  
los cabellos del niño  
son blancos como la nieve”.

El discípulo volvió a preguntar: “¿Qué significa arrancar el objeto pero salvar a la persona?” Lin Chi contestó: “La orden del rey se cumple en toda la nación, pero el general está lejos del humo y del polvo, más allá de la frontera”.

<sup>73</sup> Szu liao chen se traduce aquí por comodidad, como las “Cuatro distinciones”.

<sup>74</sup> Ver el “Discurso del Maestro Lin Chi Hui Chao de Chen Chou” en National Translation of the Collective Works in Zen Studies, V.

<sup>75</sup> Ibid

“¿Qué significa arrancar a la persona y al objeto?” Lin Chi contestó: “Cuando no llegan mensajes de Pin y de Feng estamos solos en la comarca”.

“¿Qué significa pues no arrancar ni a la persona ni al objeto?” Lin Chi contestó: “Cuando el emperador sube al trono las canciones que cantan los viejos se oyen en los campos”.

Estas estrofas son muy enigmáticas, especialmente la segunda y la tercera; aunque la primera y la cuarta son bastante claras, el mecanismo de este método cuádruple resulta muy difícil de entender a una mentalidad corriente.

Para volver más inteligible el método habré de citar la explicación que da Tsu Yuan en su notable libro: “La Mente-Cuna de Todos los Dharmas”<sup>76</sup>.

El discípulo le preguntó a Tsu Yuan: “¿Qué significa arrancar a la persona pero no arrancar el objeto?” Tsu Yuan contestó: “En el reino de la autoconciencia, si se puede vaciar la mente, ¿qué obstrucción puede provenir de un objeto exterior? (Por lo tanto), cuando un maestro enseña a un discípulo de escasa capacidad, debe arrancar a la persona, pero no al objeto”.

El discípulo preguntó: “¿Qué significa arrancar al objeto pero no a la persona?”

“En el reino de la autoconciencia, no se busca apoyo en los objetos exteriores, y la mente se refleja a sí misma. (Por lo tanto) el maestro debe arrancar al objeto pero no a la persona cuando el discípulo tiene una capacidad mediana.”

“¿Qué significa arrancar a la persona y al objeto?” Tsu Yuan contestó: “En el reino de la autoconciencia, tanto la mente como el objeto son vacíos: ¿de dónde, pues, puede provenir el error? Por lo tanto, el maestro debe arrancar a la persona y al objeto cuando el discípulo está bien dotado”.

“¿Qué significa, pues, no arrancar ni a la persona ni al objeto?” Tsu Yuan contestó: “En el reino de la autoconciencia, la mente sigue siendo naturalmente la mente y los objetos son los objetos. Por lo tanto el maestro no suprime ni el objeto ni la persona cuando el discípulo tiene dotes excepcionales”.

Estas explicaciones tal vez no sean del todo satisfactorias ni claras para ilustrar el enigma de las Cuatro Distinciones. Sin embargo, nos dan algún indicio para descubrir el significado oculto del asunto. Por lo tanto, utilizaré algunas anécdotas Zen, junto con mis propias interpretaciones, con el fin de explicar la forma en que son utilizados estos métodos en los cuatro niveles distintos.

Un monje le preguntó a Lin Chi: “¿Las enseñanzas de los Tres Vehículos y de las Doce Divisiones, tienen por fin ilustrarnos sobre la naturaleza del Buda?”<sup>77</sup>

Lin Chi contestó: “La maleza todavía no ha sido arrancada”.

Esta respuesta emplea el primer método, es decir, arrancar a la persona pero salvar al objeto. Lo que dijo el monje era correcto, pero desde el punto de vista práctico Zen, uno diría: “¿De qué sirve esto si uno no puede desarrollar su naturaleza budística?”

---

<sup>76</sup> Ibid

<sup>77</sup> Ver el “Discurso del Maestro Lin Chi”

Como dice un proverbio Zen: “Hablar de comida nunca calmará nuestra hambre”. O nuevamente: “Si la enseñanza del Buda no puede llevarnos a la Iluminación directa: ¿qué diferencia hay entre las hierbas comunes y los abultados sutras?” No hay nada equivocado en la frase del monje, pero su error consiste en la falta de experiencia directa de la verdad-Prajna. Es por esto que Lin Chi ha dicho: “Las malezas todavía no han sido arrancadas”. Entonces el monje contestó diciendo: “Pero: ¿puede el Buda engañarme alguna vez?” Lin Chi replicó: “¿Dónde está el Buda?”

Para una persona que no tiene experiencia directa del budismo innato dentro de sí mismo, Buda es sólo un nombre, una noción o sombra que no significa nada. Por eso Lin Chi le dice burlonamente: “¿Dónde está el Buda?”

El siguiente koan ilustra este primer método todavía más claramente. Un día, cuando Lin Chi vio a un monje que se le acercaba, levantó su escobillón. El monje entonces se inclinó ante él, pero Lin Chi lo golpeó. El que rindiera o no homenaje no era evidentemente la razón verdadera para el castigo. El hecho es que, en cuanto Lin Chi vio acercarse a los dos monjes, supo inmediatamente qué clase de hombres eran. Aunque le rindieron homenaje los castigó a los dos. Esto demuestra claramente que lo que interesaba a Lin Chi no era la acción externa sino la realización íntima de la persona<sup>78</sup>.

Veamos ahora cómo es aplicado el segundo método “arrancar el objeto y salvar a la persona”.

Lin Chi dijo una vez en un sermón: “En el montón de carne roja hay un Hombre Verdadero, que No Tiene Posición. Constantemente entra y sale por el portal de vuestra cara. Aquellos que todavía no lo han visto deben intentar verlo”.

Un monje se adelantó entonces y pregunta a Lin Chi: “¿Quién es ese Hombre Verdadero que no Tiene Posición?”

Lin Chi inmediatamente descendió de su sitial, agarró el brazo del monje y dijo: -”Dilo, dilo (arranca la persona)”.

Cuando el monje iba a contestar, Lin Chi soltó su brazo y dijo desdeñosamente: “¿Qué clase de estiércol seco es este Hombre Verdadero que No Tiene Posición?”<sup>79</sup>.

Este es un ejemplo típico de “arrancar el objeto”, es decir, el tópico en cuestión o la noción que uno tiene en la mente. El koan muestra cómo el maestro Zen establece la trampa con una idea fantasiosa y un nombre extraño y espera que el discípulo, atado a sus adherencias y constantemente en búsqueda, caiga en ella. Esta clase de choque sorpresivo, no sólo derribará todas las nociones del pensamiento consecuente, sino que también nos llevará al estado del más allá.

El tercer método, “arrancar a la persona y al objeto”, es un poco más profundo que los otros dos. El koan siguiente es un buen ejemplo.

Un día Lin Chi recibió una invitación de su protector para que pronunciara un sermón. Cuando subió a la tarima y se disponía a predicar, Ma Ku se aproximó y le preguntó: “El Todo Misericordioso tiene Mil Brazos y Mil Ojos. ¿Cuál de sus ojos es el principal?”

Lin Chi contestó: “El Todo Misericordioso tiene Mil Ojos. ¿Cuál es el ojo principal? ¡Dilo, dilo!”

---

<sup>78</sup> Ibid

<sup>79</sup> Ibid

Entonces Ma Ku sacó a la fuerza del asiento a Lin Chi y se sentó allí en su lugar. Lin Chi se acercó mucho a Ma Ku y dijo humildemente: “No entiendo, señor”.

Ma Ku iba a decir algo cuando Lin Chi, inmediatamente, lo arrancó del asiento y se sentó en su lugar, Ma Ku se fue. Cuando Ma Ku se había ido, Lin Chi también dejó el asiento y no se pronunció ningún sermón<sup>80</sup>.

Este koan demuestra la forma en que tanto Lin Chi como Ma Ku trataron de “arrancar” el uno al otro, y la forma en que tanto el interrogador como el interrogado trataron de arrancarse entre sí hasta el último trocito de entendimiento objetivo y de actitud subjetiva. La luz se presenta en la última parte de la historia: después que Lin Chi ha subido a su sitio por la segunda vez, Ma Ku sale de la sala. Cuando Lin Chi vio que Ma Ku se iba, también descendió de su asiento, y no hubo sermón. Si Ma Ku no se hubiera ido, o si Lin Chi hubiera permanecido en su asiento como ganador, ambos hubieran caído en sus mutuas trampas y hubieran sido atrapados en las adherencias. Como requeriría muchas palabras explicar este koan detalladamente, he dado aquí una clave para entender su sentido y para que el lector encuentre por sí mismo la explicación.

Entremos ahora a la cuarta zona de comprensión del Zen, en la cual “no se arranca ni a la persona ni al objeto”.

En general, los koans de esta categoría se comprenden más fácilmente. El primer koan de la leyenda es un típico ejemplo de este sistema. Cuando el Buda Sakiamuni tomó la flor en la mano y sonrió, sin decir una sola palabra, ante la congregación, nadie entendió qué quería dar a entender el Buda. Pero Mahakasyapa también sonrió, como si entendiera. Entonces el Buda dijo: “Tengo el tesoro de las enseñanzas rectas, la maravillosa mente del Nirvana, la forma auténtica sin forma, el dharma sutil y refulgente, más allá de las palabras, la doctrina que se imparte y se trasmite al margen de las doctrinas. Todo esto se lo he dado a Mahakasyapa”<sup>81</sup>

Tenemos el célebre dicho Zen: “Una montaña es una montaña, el agua es el agua, cuando tengo hambre como, cuando tengo sueño duermo; no busco al Buda ni me preocupo por el dharma, pero siempre cumplo con el Buda”.

Otra historia interesante puede ayudar a comprender los koans que ilustran la cuarta zona de la comprensión del Zen.

Un día Lin Chi estaba de pie frente a la sala de meditación. Al ver que se aproximaba su maestro Huang Po, cerró los ojos. Huang Po fingió asustarse y volvió a su habitación. Entonces Lin Chi volvió a la habitación de su maestro, se inclinó ante él y le dio las gracias<sup>82</sup>. Mi interpretación es la siguiente: cuando Lin Chi vio venir a Huan Po, cerró deliberadamente los ojos, rechazando y pasando por alto a su venerado maestro *-esto equivale a arrancar a la persona y al objeto-*. Pero Huan Po era aun más profundo que Lin Chi y burlonamente pretendió asustarse ante esto. La intención de Lin Chi quedó así al descubierto y su dardo no dio en el blanco. Vencido en profundidad por su maestro, y con la inteligencia aguzada, Lin Chi fue a la habitación de Huang Po con el fin de darle las gracias y rendirle homenaje. Si mi interpretación es correcta, esta anécdota nos muestra un duelo entre un sabio del tercer estado (Lin Chi), y un sabio del cuarto (Huang Po). La historia termina con la completa derrota de Lin Chi, ya que el elocuente gesto de cerrar los ojos quedó aniquilado por la actitud de su maestro. ¿Qué otra cosa podía hacer Lin Chi fuera de echarse a los pies de su maestro y darle repetidas gracias?

---

<sup>80</sup> Ibid

<sup>81</sup> Ver La Transmisión de la Lámpara, Libro 1.

<sup>82</sup> Ver “Discurso del Maestro Lin Chi”.

Las explicaciones citadas sobre las Cuatro Distinciones de Lin Chi nos dan alguna idea de la forma que tienen los maestros Zen de expresarse y de instruir a sus discípulos de acuerdo con sus distintos niveles.

Otro punto importante que ha de estudiarse antes de pretender entender los koans en forma sistemática, es la doctrina de Tung Shan (807-869) sobre “Las Cinco Categorías del Señor y del Vasallo”<sup>83</sup>, que constituye uno de los aspectos fundamentales del budismo Zen. Desgraciadamente no tenemos aquí espacio para tratar el punto.

El Zen es una región difícil, desconcertante y compleja en el campo de los estudios sobre el budismo. Para entenderlo intelectualmente es menester estar versado en la filosofía del budismo Mahayana y tener conocimientos de las tradiciones especiales del Zen. Además, es menester tener alguna experiencia directa del Zen en la realidad, pues después de todo, la esencia del Zen consiste en la propia experiencia directa y personal, no en la especulación filosófica. Todos estos factores hacen que el Zen sea muy difícil de estudiar y de explicar, pues a causa de la complejidad y la profundidad del budismo Zen, nadie puede describirlo en forma impecable. Es imposible, por lo tanto, presentar un cuadro satisfactorio del Zen. Cuando se ilumina un lado, el otro queda en la oscuridad: cuando se acentúa un aspecto, otro aspecto resulta violentado. Por consiguiente, es tanto más deseable una manera equilibrada de presentar al Zen.

En otras palabras, todos los aspectos importantes del Zen deben presentarse de manera imparcial y pareja. Tanto las fases negativas como las positivas han de ser mostradas *-su carácter elusivo y su inmediatez, su pasividad y su dinamismo, su comprensibilidad y su oscuridad, etc.-*; para entender al Zen es menester examinarlo desde distintos ángulos. Hay que estudiarlo históricamente, psicológicamente, filosóficamente, así como dentro del campo de referencias literario, yóguico y espiritual. Tan sólo estudiándolo desde todos estos ángulos y niveles será posible alcanzar una comprensión correcta e imparcial del Zen.

En los capítulos precedentes se ha hecho un intento de presentar los varios aspectos del budismo Zen que, supone el autor, aún no habían sido presentados satisfactoriamente al Occidente. El autor no aspira a dar aquí una descripción completa y perfecta del budismo Zen, sino que su deseo es proporcionar una visión equilibrada del tema por medio de este modesto esfuerzo.

---

<sup>83</sup> Ver Las Cinco Categorías del Señor y del Vasallo.



---

## CAPÍTULO IV

---

### BUDA Y LA MEDITACIÓN

Contrariamente a la creencia de los occidentales, el Zen no puede practicarse ni entenderse sin un cierto conocimiento del concepto de la condición de Buda y los principios de la meditación. Todo esto requeriría un libro entero. Pero, de todos modos, el principiante encontrará de alguna utilidad la siguiente exposición abreviada de los tres aspectos de la condición de Buda, los seis tipos de pensamiento humano, las siete clases de práctica de la meditación y las tres etapas sucesivas de esta.

#### **LOS TRES ASPECTOS DE LA CONDICION DE BUDA EN RELACION A LOS SEIS TIPOS DE PENSAMIENTO**

¿Qué es el Buda? Muchas respuestas se han dado a esta pregunta. Algunos devotos dicen que el Buda fundó una especie de paganismo llamado “budismo”; el hombre de la calle dice que es un ídolo adorado por los orientales ignorantes; algunos filósofos dicen que fue un pensador que enseñó y fundamentó la filosofía y la religión llamada “budismo”; los historiadores dicen que “el Buda” es un título reverente atribuido a una persona llamada Gautama Sakyamuni, que vivió entre los años 560 y 480 antes de, Cristo, etcétera.

Pero, ¿de qué manera los devotos del budismo ven a Buda desde el punto de vista religioso específico, cómo lo definen en su condición de meta suprema *-algo que debe ser adorado, imitado-* y alcanzado? La cuestión tiene mucha importancia, pues penetra directamente en el corazón mismo del budismo y se relaciona con la investigación de la naturaleza de Dios, que siempre ha sido considerado el tema central en el estudio de la mayoría de las religiones. Hay un proverbio tibetano que dice: “Si entiendes el significado del término “Buda” entiendes la totalidad del budismo”. Visto desde afuera, esto puede ser una exageración, pero el budista ortodoxo considera que está muy cerca de la verdad. En los últimos veinticinco siglos muchos especialistas en budismo han dedicado vidas enteras al estudio de la cuestión, y han escrito comentarios interminables y complicados al respecto, que sólo sirven para aumentar la confusión. Afortunadamente, el tema puede simplificarse aceptando la siguiente definición, aprobada por la mayoría de los budistas practicantes: Buda es el que posee la Sabiduría Perfecta, la Compasión Perfecta y Poder Perfecto. Consideremos estas tres Cualidades esenciales del Buda.

#### **La Sabiduría Perfecta de Buda**

La Perfecta Sabiduría de Buda tiene dos aspectos, uno de ellos se llama “La Sabiduría que consiste en conocer la Cosa como es” (en chino **ju so yu chih**), el otro se llama “La Sabiduría que consiste en conocerlo Todo” (en chino **chin so yu chih**). El primer aspecto se considera la sabiduría “vertical” y el segundo la sabiduría “horizontal”.

Pensad en una taza llena de agua. La persona corriente no verá en ella nada más que una taza de agua, es decir, un líquido que sirve para calmar la sed; un químico verá en ella un compuesto de hidrógeno y oxígeno; un físico verá el resultado complejo del movimiento electrónico; un filósofo verá un objeto que expresa “relaciones” y “causalidad”; un bodhisattva iluminado verá el agua como la manifestación de su propia mente y Buda verá en ella la expresión de la perfecta condición del Buda. Sobre este objeto simple *-una taza de agua-* convergen varios reinos de existencia y profundidades de esencia que nuestra inteligencia puede alcanzar medir y abarcar. La superficialidad o la profundidad de nuestra inteligencia

determina las zonas en las cuales es capaz de penetrar. Por lo tanto, la “sabiduría vertical” de Buda equivale a una visión penetrante, que atraviesa sucesivamente los distintos niveles y reinos de la existencia y llega a tocar las profundidades del Ser mismo. Es una sabiduría en profundidad, una sabiduría que va más allá de las zonas del sentido común, la ciencia, la filosofía y la religión, una sabiduría que se interna en las honduras últimas del dharma *-la cualidad indescriptible e impensable-*. Esta es la “sabiduría vertical”.

Por otro lado, el sentido de la “sabiduría horizontal”, o la “Sabiduría que consiste en Conocer el Todo”, está suficientemente explicado en la designación misma. Indica el aspecto omnisciente de la sabiduría del Buda, que es capaz de conocerlo todo y por lo tanto resulta difícilmente aceptable a los modernos. Un famoso filósofo chino, Chuang Tzu, decía: “La vida es finita, mientras que el conocimiento es infinito. Buscar el conocimiento infinito en esta vida finita es, en verdad, absurdo”. Los hombres del siglo XX se sienten muy próximos de las declaraciones de esta clase.

En tiempos antiguos había indudablemente algunos grandes adeptos o sabios que fueron considerados por sus contemporáneos como llenos de sabiduría, hombres que “lo sabían todo”. Un proverbio chino dice: “Un adepto de Confucio se avergüenza si existe una rama de la sabiduría que él no conoce”. Pero hoy en día nos parece presuntuoso que una persona afirme saberlo todo, aun en un sector aislado del conocimiento. Por lo tanto, a muchas personas les parece que la sabiduría que consiste en conocerlo todo es sobrenatural y está más allá del alcance de la mente humana.

En oposición a esta creencia difundida, el budismo sostiene que todo ser sensible es un Buda en potencia, capaz de alcanzar el estado de Buda (que incluye la sabiduría que todo lo sabe) si realiza un esfuerzo justo y suficiente. Si esto es así, ¿cómo puede explicarnos el budismo convincentemente esta posibilidad de llegar a conocerlo todo? Para responder a esta pregunta debemos empezar por el análisis de las formas o moldes, dentro de los cuales funciona la mente humana.

Como resultado de tales análisis, los teóricos del Mahayana han llegado a la conclusión de que la mente humana funciona de acuerdo con seis esquemas básicos, o maneras de pensar, a saber, en forma acumulativa, limitativa, discordante, engañosa, impotente, derrochada, y adhesiva. Marcados por estas maneras de pensar habituales y arraigadas nos resulta natural creer que la sabiduría omnisciente es una idea atractiva, pero una posibilidad que está más allá de nuestro alcance.

Suponed ahora que pudiéramos transformar estos surcos defectuosos por los cuales corren nuestros pensamientos, en nuevas formas, elevando la mente a nuevos horizontes y liberándola de sus antiguas ataduras, ¿sería entonces la sabiduría omnisciente tan remota e inalcanzable como creemos? La visión del ojo humano es limitada, pero con la ayuda de algunos instrumentos puede alcanzar regiones del espacio hasta ahora inaccesibles. ¿No puede emplearse este símil en relación al problema de la mente humana limitada frente a la sabiduría de la omnisciencia? Antes de intentar la respuesta a esta pregunta debemos empezar por examinar las seis formas básicas del pensamiento humano que se han mencionado y ver de qué manera moldean las funciones de la mente humana.

**1. La forma humana de pensar es acumulativa.** Esto significa que el conocimiento humano se obtiene por medio de un proceso constructivo, un proceso de acumulación gradual. Por ejemplo, cuando éramos niños e íbamos a la escuela empezamos por aprender el alfabeto, después se nos enseñó a leer palabras y oraciones y, finalmente, a escribir cartas o composiciones con tema. Por último el conocimiento acumulado y el talento desarrollado nos permiten escribir libros o expresar en forma creadora pensamientos y nuevas ideas sumamente complejos. Este proceso por el cual se obtiene el conocimiento es un proceso de construcción y adición, de adquisición de nuevos elementos de conocimiento que se añaden a la masa de los ya adquiridos. Todo está unido por un proceso que es finito, parcial, limitativo y condicional por su naturaleza y su origen. En razón de que este proceso acumulativo tiene un resultado

predeterminado y condicionado, nunca puede tener fin. No hay un punto terminal en el camino de la acumulación *-siempre encontraremos un espacio libre para agregarle algo más-*. Recoger gotas de lluvia en la azotea de una casa, si dedicamos a ello la vida, no agregará nada al nivel de los océanos. Análogamente, mediante la forma acumulativa de pensar, nunca podremos alcanzar la sabiduría omnisciente del estado de Buda.

**2. La manera humana de pensar es limitativa.** Es evidente este aserto, ya que todos sabemos que la mente humana sólo puede pensar una cosa por vez. Rara vez nos encontramos con una de esas personas excepcionalmente dotadas que pueden atender a varias cosas al mismo tiempo, o encarar varios problemas a la vez. Recuerdo que, cuando yo era niño y vivía en Pekín, solía pasar mis ratos libres vagando por el mercado. Mi lugar favorito era un almacén de artículos generales, cuyo propietario era un hombre muy notable. Este hombre podía concentrar su atención en una cantidad de cosas distintas a la vez. A menudo se sentaba en una silla alta detrás del mostrador, con un pincel chino en la mano derecha, y anotaba sus cuentas. Al mismo tiempo los cinco dedos de la mano izquierda se movían constantemente a gran velocidad en el ábaco, y al mismo tiempo se las arreglaba para hablar con un cliente y dar instrucciones al muchacho dependiente. Aparte de esto, sus grandes ojos negros no descansaban un momento, observando a los clientes con el fin de que no fueran a robar subrepticamente algún objeto de algún estante alejado. Este hombre tenía condiciones muy excepcionales. Sin embargo, su genio era básicamente limitado, ya que no hubiera podido atender a diez actividades a la vez, por no decir nada de cien, de mil, o de un número infinito de actividades. Como la mente humana invariablemente funciona ocupándose de una cosa por vez, no tiene más remedio que permanecer en la región de la finitud y la limitación.

**3. La forma humana de pensar es discordante.** La emoción y la razón son dos elementos fundamentales, aunque contrastados, que constituyen la mayor parte de la fluctuante mente humana. La emoción nos llena de fuertes sentimientos de hacer lo que nos gusta, pero la razón nos advierte fríamente lo que no debemos hacer. Movidos por estas dos fuerzas contrastadas nuestra vida es, en buena parte, una batalla constante entre las fuerzas frías de la razón y las fuerzas calientes de las emociones. Al examinar estos dos elementos, nos encontramos con que no sólo son opuestos, y contrastados, como el agua y el fuego, sino que descubrimos asimismo el hecho interesante de que no surgen simultáneamente. Cuando la razón ha alcanzado su punto más alto, la emoción está en el nadir. Y viceversa. Por ejemplo, cuando tenemos la mente ocupada en la resolución de un difícil problema de filosofía o de matemáticas, las facultades rasonantes están en tensión, pero las emociones apenas son perceptibles. Por otro lado, cuando estamos sumidos en la agitación del amor o en la lucha furiosa con el enemigo, las emociones crecen proporcionalmente y la razón desciende a su punto más bajo. Por este motivo nunca hemos oído que un matemático o un hombre de ciencia formule una nueva hipótesis o haga un descubrimiento cuando está peleando o amando. En la mente humana la razón y la emoción son fuerzas hostiles que se excluyen y no coexiste la una al lado de la otra.

Si en la mente de Buda ocurriera lo mismo, las consecuencias serían realmente catastróficas. Imaginad que os veis asediados por un problema grave y no tenéis más remedio que dirigir una plegaria urgente y desesperada a Buda. Pero éste os contesta: “Espera, espera un poco, amigo, no me reces por el momento, pues ahora tengo la razón en actividad y mis emociones están apagadas; no me siento en estado de ánimo para conceder favores. Intenta nuevamente mañana; tal vez me encuentres en un estado de ánimo más apropiado”. Esto puede parecer ridículo, pero ilustra una verdad significativa y honda del estado de Buda. Un Buda perfecto debe armonizar su razón y su emoción en forma completa e inalterable antes de alcanzar el estado de Buda. La emoción y la razón, transformadas ahora en Compasión y Sabiduría deben surgir simultáneamente en todas las ocasiones, sin desequilibrio ni fluctuaciones, y deben constituir un todo indivisible. La aparición simultánea de la Compasión y la Sabiduría es en verdad, uno de los prodigios del estado de Buda, un tema fascinante y vital que los estudiosos del budismo Mahayana discuten apasionadamente en todas partes.

**4. La forma de pensar de la mente humana es engañosa.** Imaginad que nos ponemos a mirar una de las paredes de nuestro cuarto: los ojos nos dicen que es una superficie vertical, plana, que descansa en forma estable, silenciosa ante nosotros. Avanzamos un paso con el fin de tocarla y nos encontramos con que la pared es dura, fría y sólida. Entonces recordamos lo que la química y la física dicen sobre las paredes. Según ellas las paredes se componen de varias mezclas y elementos que contienen innumerables átomos, electrones, protones, etc. que se mueven constantemente a velocidades increíbles en sus órbitas innumerables. Es así que nuestros sentidos y nuestras mentes nos dicen algo totalmente distinto sobre la misma cosa. ¿A cuál debemos hacer caso? Los seres humanos estamos continuamente bombardeados por informaciones discordantes que proceden de los distintos sentidos, pero afortunadamente contamos con un buen árbitro *-la mente-* que sintetiza, integra y suaviza los conflictos que se presentan entre los sentidos.

Pero aquí surge un problema serio. ¿La actitud pragmática de la mente humana, es necesariamente justa, este proceso de integración y de “transacción”, no da como resultado, tal vez, una mutilación de la verdad? Si “la verdad es la verdad” y “el error es el error”, como nos dice nuestra razón, y la verdad no puede ser el error al mismo tiempo, ¿qué versión debemos aceptar: la pared estática de los ojos o la pared dinámica de la mente? Desde el punto de vista de los ojos, la pared estática es la verdadera; desde el punto de vista de la mente, la pared dinámica, pero desde el punto de vista de la nariz, ninguno de los dos es exacto. Es imposible definir la verdad y el error mientras no se posee un criterio absoluto. Fundamentalmente la verdad y el error tienen un sentido tan sólo cuando se ha establecido un determinado criterio. Sin tal criterio, la verdad y el error se vuelven sin sentido. Es así que los filósofos y los pensadores de todos los tiempos han buscado un criterio absoluto y definitivo. Algunos sostienen que ésta es la razón; otros que tan sólo Dios o su Voluntad, pueden tenerse por absolutos, etc. La resolución final de este problema parece casi imposible. La búsqueda y los argumentos continúan *ad infinitum*.

Si bien no puede extraerse una conclusión final, la filosofía Hua Yen del budismo Mahayana, nos sugiere una solución. Esta filosofía sugiere que, si cualquier criterio es necesariamente exclusivo y, “fijado”, mal puede considerarse “absoluto” o definitivo, pues en el caso de ser absoluto debe abarcarlo todo *-criterio de la totalidad-* y no ser un criterio establecido arbitrariamente para medir una cosa con otra. Tal criterio tiene que ser necesariamente arbitrario y “fijado”: por su mismo carácter se aparta de la totalidad dinámica del Dharmadhatu<sup>84</sup>.

El criterio absoluto debe incluir, penetrar y abarcarlo todo. No es un criterio en sí mismo, más bien, una región exaltada, un estado en el cual se produce la perfecta interpenetración de todos los dharmas, la maravilla inexplicable e indescriptible del estado de Buda.

Al parecer hay en nosotros un deseo instintivo de buscar la Verdad, aunque de algún modo carezcamos de la capacidad para encontrarla. El dilema que presenta el establecer un criterio absoluto no es nada más que uno de los muchos problemas que atormentan a la humanidad desde los albores de la civilización. La búsqueda humana de la verdad es una obsesión que no tiene fin. Los pensadores budistas atribuyen esta situación a la manera engañosa que tiene el pensamiento humano de funcionar, y dicen que, si esta manera no se transforma cualitativamente, arrastrará al hombre, para siempre, hacia los pantanos de las búsquedas inútiles. Otro abismo que la mente humana no puede franquear, separa al reino de la “comprensión indirecta” y la “realización directa”. Podemos entender la estructura atómica de una cosa, pero no podemos verla o experimentarla directamente. Nuestras mentes sólo pueden darnos la medida indirecta de una cosa; no pueden ponernos en contacto directo con ella. Podemos apreciar la grandiosa idea de “todo en uno y uno en todo” pero lo que realmente vemos a nuestro alrededor es “todo en todo, y uno en uno”. Trabajando duramente y pensando profundamente podremos llegar a entender la profunda verdad de Sunyata..., la naturaleza vacía del ser según se enseña en el Prajnaparamita; pero todo lo que vemos y

<sup>84</sup> Dharmadhatu es un término ampliamente usado por los filósofos huayen, y designa los universos infinitos, que se interpretan en el ámbito absoluto de la Totalidad. Ver D. T. Suzuki: The Essence of Buddhism.

experimentamos diariamente está en el reino Sangsarie de la existencia y la subsistencia. Todas estas cosas son provocadas por lo que los budistas llaman “la forma engañosa del pensamiento humano”.

**5. La forma humana del pensamiento es impotente y derrochada.** Según los sabios budistas, la mayor parte de nuestro poder mental o de nuestro talento nunca ha sido enteramente utilizado, y yace perezoso y adormilado en las profundidades de nuestra conciencia; hasta la pequeña cantidad de poder mental usado por la mente humana es con frecuencia difuso y disperso. Si aprendemos a concentrarnos, y a utilizar así más ampliamente nuestros poderes mentales, la habilidad y perspectivas de la mente se abrirán grandemente. Una gran mente no es rígida ni aburrida, y tampoco es débil o caprichosa. Los jefes poseen siempre una mente más aguda y más estable que la de las personas normales. Su magnetismo es también mayor. El ser jefe es característico de una forma de “concentración natural”, de la que carece el hombre común. Las cualidades que convierten a un hombre en más eficiente y más exitoso son el resultado de poderes innatos o adquiridos de concentración, por medio de los cuales un hombre concentra todas sus fuerzas y finalidades directamente en el problema que tiene en mano.

Pero, de acuerdo con la opinión de experimentados yoguis budistas, aun en los casos en que se logra concentrar y controlar satisfactoriamente a la mente, aún se está lejos de poder utilizar la mayor parte de la fuerza latente que yace en el alaya (depósito de la conciencia); este depósito de la conciencia es un vasto almacén de fuerza, talento y conocimiento que han sido acumulados a través de innumerables vidas pasadas. Ignorante e incapaz de utilizar la fuerza potencial del depósito de conciencia, el hombre corriente pasa su vida en actividades triviales y empresas fútiles, mientras que este inagotable tesoro permanece intacto. Los sabios budistas han llegado por esto a la conclusión de que el modo humano de pensar es impotente y derrochador.

**6. La forma humana de pensar es “adhesiva”.** Este sexto punto, tal vez el más importante de todos, toma en cuenta la innata tendencia de la mente humana a adherirse a lo aparentemente “existente” o “substancial” en el objeto. También observa que los pensamientos humanos tienen un carácter “rígido y fijo”. La mente humana rara vez o nunca reconoce el aspecto vacío, insustancial e indefinido de las cosas. La adhesividad se refiere a una manera de aferrarse al lado “existente” de los objetos, a los cuales se los tiene por reales y definitivos, como si poseyeran sus propias naturalezas.

En una palabra, la tendencia humana a aferrarse a los objetos, es por naturaleza arbitraria, definitiva y exclusiva y, por lo tanto, diametralmente opuesta a las enseñanzas búdicas del Vacío y del Todo. Todos los pensamientos humanos se derivan, o surgen, de la idea fundamental de identidad, que es esencialmente arbitraria, terca y fija. Si penetramos hasta el fondo de esta idea de identidad nos damos cuenta que no es más que una “adhesión” colosal y profundamente arraigada.

El estudio de la naturaleza adhesiva de lo humano es un punto fundamental en el budismo y se refleja en la religión, la filosofía, la psicología, la literatura y el arte budistas, prácticamente en todos los terrenos del pensamiento budista. La importancia que se atribuye al estudio de este tema significativo es uno de los rasgos más notables que distinguen al budismo de otras religiones y filosofías. Por lo tanto, es conveniente que el lector estudie el punto utilizando los medios a su alcance.

El examen de estas seis formas del pensamiento humano muestra sin lugar a dudas que, en el caso de que se lograra la sabiduría omnisciente del estado de Buda, nunca podría lograrse a través de uno de estos seis senderos defectuosos. Todas las innumerables enseñanzas budistas intentan corregir estas costumbres defectuosas con el fin de lograr el estado de Buda. Entre estas enseñanzas el Dhyana (meditación) y el Prajna (sabiduría intuitiva) son fundamentales. Por medio de ellas la conciencia humana puede transformarse, lográndose el perfecto estado de Buda. Ya que Prajna es, por una parte, la esencia del budismo Zen, a la cual nos hemos referido brevemente en los capítulos precedentes y, por otra parte, un tema vasto y de largos alcances que ha de estudiarse exhaustivamente con el fin de entenderlo

correctamente, este capítulo se limitará a dar una idea de los distintos aspectos de la práctica de la meditación en su relación con el estado de Buda.

### **La Perfecta Compasión de Buda**

La Perfecta Compasión de Buda es total y no discriminada. Es un Amor absoluto e incondicional. Como todo en este mundo, el amor tiene muchas profundidades y grados de profundidad. Cuanto más grande es el amor, menos puede ser limitado por “condiciones”. El amor religioso, en su alcance y hondura, es más grande que el amor personal o de familia, o patriótico, etc., porque estas últimas formas están condicionadas, y por lo tanto, están confinadas por los estrechos márgenes de las limitaciones humanas.

Sin embargo, hay otro límite que ni siquiera el amor religioso es capaz de franquear. Por ejemplo, la religión nos enseña a amar a nuestros amigos y enemigos, pero rara vez nos dice que debemos amar a los “paganos”. Nos recomienda el amor a Dios, pero nos prohíbe amar a los “diablos”. La herejía siempre ha pasado por ser uno de los pecados más grandes. “No adorarás dioses falsos” es un mandamiento que se encuentra en muchas religiones. El espíritu y el amor de una religión pueden trascender fácilmente los límites de la familia y de la raza, de la vida y de la muerte, pero rara vez pueden trascender los de su propia naturaleza. Esta limitación está implícita en los grandes fundadores de una religión. La fervorosa declaración de muchos fieles que afirman que el amor que tienen por su dios es indiscriminado e incondicionado, sólo es verdad cuando adoran a su propio dios y cuando se aceptan sus dogmas y sus credos. La doctrina exclusivista que ha causado tantas desdichas y confusiones, parece haber impregnado hasta el fondo la intolerancia religiosa reflejada en los fundadores de muchos credos. Si estudiamos los principios de las religiones a la luz del Prajnáparamita nos encontraremos con que, detrás del amor y la gracia que se exaltan en las escrituras, hay una adhesión arraigada, una adhesión al “único Dios verdadero”, a la “única religión verdadera”, al “único principio verdadero”, etc., que caracteriza y restringe sus pretensiones.

Según los budistas, el Amor último e incondicionado sólo puede obtenerse mediante la realización del Vacío (Sunyata). La Compasión más elevada sólo se logra junto con la Sabiduría más alta. En otras palabras, la Compasión del estado de Buda se logra mediante la destrucción de la tendencia adhesiva, al captar las verdades de la Maya y el Sunyata. En último análisis, la Compasión de Buda surge, no porque él tenga un ojo que ve o un corazón que siente las miserias que existen realmente en la tierra, sino que surge en forma natural y espontánea. Esta compasión espontánea, notable adquisición del estado de Buda, sólo puede lograrse mediante una honda realización del Sunyata y una completa identificación con la totalidad. Tan sólo mediante la supresión de la tendencia adhesiva puede lograrse la última Compasión; tan sólo mediante la negación del estado de Buda, puede este estado lograrse. Por el hecho de que no hay seres sensibles a quienes compadecer, es que Buda experimenta una intensa piedad; es porque desde los principios nunca ha existido un ser sensible, que Buda bajó a la tierra para salvar a los seres sensibles. ¿Es esto una paradoja? Lo es, pero sólo porque nosotros somos paradójicos, no la Verdad. Desde el punto de vista humano una paradoja es algo contradictorio e inarmónico, pero desde el punto de vista del Buda es armonía y unidad.

De tal modo que la perfecta Compasión del Buda es un Amor total e incondicional, un Amor que consiste en la perfecta sabiduría y es idéntico a ella, un Amor que no surge de ninguna forma de adhesión, sino de la total liberación de toda clase de ataduras.

### **El perfecto poder de Buda**

El perfecto poder de Buda es el poder más grande y más puro que puede existir, pero no es omnipotente. Buda es omnisciente y todo misericordioso, pero no es todopoderoso. Un ser todopoderoso es un ser que puede hacer todo lo que quiere. En otras palabras, un ser todopoderoso podría darle una patada a este

globo y mandarlo a los cielos, como una pelota, eliminando así todas las miserias y tribulaciones de este planeta en un instante, si éste fuera su deseo. Pero Buda no tiene este poder arbitrario, ni nunca pretendió tenerlo, aunque muchas otras religiones se lo atribuyen a sus dioses. Es bastante evidente que la omnisciencia, la total misericordia y el poder total no pueden existir en un mismo ser al mismo tiempo. Un dios todopoderoso y omnisciente no podría ser también todo misericordioso; de no ser así su intención de crear este mundo con sus consecuentes miserias, pecados e imaginarios infiernos, etc., sería inexplicable y ridícula. Si bien se piensa, su buena conciencia y su sabia previsión se convierten en este caso en una verdadera broma.

Buda es poderoso, pero no todopoderoso. Buda no puede imponer su voluntad a nadie, y no puede realizar en beneficio de alguien una violación a la Ley de la Causa y Efecto. Buda no castiga a nadie y no manda a nadie a un infierno eterno. Tal proceder resulta inconcebible en un Buda todo misericordioso. Si alguien va al infierno va allí a consecuencia de sus propias acciones malvadas. En las escrituras budistas nunca se dice que Buda habrá de castigar a alguien mandándolo al infierno cuando ese alguien no se doblega ante su voluntad. Al contrario, el espíritu del budismo incita a los hombres a que bajen a los infiernos como dijo el compasivo Bodhisattva Ksitirbha: “Si no bajo a los infiernos, ¿quién querrá hacerse cargo de esos infelices?”.

El poder de bendición del Buda es como el sol, sin el cual ninguna planta puede crecer. Pero el crecimiento de la planta no depende enteramente del sol: el aire, el agua, el suelo, y, lo más importante de todo, la semilla, son indispensables. El aire, el agua y el suelo son comparables a los esfuerzos personales por obtener la Iluminación, y la semilla es comparable a la naturaleza búdica, que está latente en nuestras mentes. La combinación de estos tres factores distintos hace posible la obtención del estado de Buda. Si falta uno de ellos, este estado se vuelve inalcanzable. En una palabra, el perfecto poder de Buda nos proporciona gran ayuda y condiciones favorables para nuestro crecimiento espiritual, pero no lo puede todo por nosotros. Tal vez sea ésta una de las diferencias mayores entre el budismo y otras religiones.

Desde el punto de vista Mahayana, aunque el perfecto poder de Buda no implica una total omnipotencia, no está demasiado alejado de esta concepción. El budismo Mahayana sostiene que el perfecto poder de Buda, como el poder del sol, es infinito e inagotable, pero que el beneficio que podemos obtener de él, depende enteramente de la capacidad y esfuerzos personales. Con un pequeño vidrio de aumento es posible concentrar los rayos del sol y prender un fósforo, pero con lentes más poderosas es posible concentrar el calor suficiente para quemar una casa entera. Si el poder total de la divinidad se entiende de esta manera, entonces es posible encontrar un terreno común entre el budismo y otras religiones.

Los budistas Mahayana creen que las diferentes enseñanzas de varias religiones son todas beneficiosas y necesarias para las personas según sus capacidades distintas y diversas perspectivas. Algunas de estas enseñanzas tienen un carácter “expeditivo o persuasivo” y están hechas para las mentes incultas de las masas; otras son más elaboradas y, en nuestro actual estado de evolución, aptas tan sólo para una minoría de personas excepcionalmente dotadas. Pero todas las religiones han desempeñado un papel constructivo, favoreciendo el progreso humano y el crecimiento espiritual. Para un budista, en la gran familia de las doctrinas religiosas, hay una distinción tan sólo entre lo “preliminar” y lo “avanzado”, lo “expeditivo” y lo “elaborado”, pero no entre lo “verdadero” y lo “falso”.

## **PRACTICA DE LA MEDITACIÓN BUDISTA**

Las seis formas básicas de pensar a las cuales nos hemos referido en las páginas precedentes tienen una característica en común: todas ellas tienen un carácter fluctuante, cambiante. La mente humana es como un río que fluye todo el tiempo, dando vueltas por aquí y por allá, lleno de remolinos y corrientes, rara vez tranquilo, nunca quieto. Al parecer, la mente humana sólo puede funcionar si sigue estas fluctuaciones, estos movimientos. El sentido común nos dice que la mente, como todo lo demás en este mundo, debe ser activa para funcionar, que una mente “operante” debe estar en movimiento, y que una mente “estática” está muerta.

¿Es esto verdad? ¿No hay ninguna otra manera de que la mente humana pueda funcionar sin aferrarse a esta necesidad de movimiento? Para el budismo, la naturaleza de la mente, o la conciencia, consiste en estar “despierto”. El término no sugiere acción, movimiento ni cambio de ninguna clase. Tan sólo en el plano humano se asocia el hecho de estar despierto a un movimiento perpetuo, dirigido por una voluntad ciega. La conciencia del Buda no se mueve, fluctúa ni cambia. Una conciencia que oscila, que va de un punto (de atención) a otro, o que cambia de forma de varias maneras, no puede llegar a ser una conciencia de Buda. La conciencia totalizada del Buda no necesita pasar de un lugar a otro, porque todo lo penetra; la conciencia trascendental del Buda no requiere fluctuaciones, porque trasciende toda necesidad de cambio; la conciencia de Totalidad del Buda no requiere alteraciones de forma ni ajustes de función, porque todas las innumerables formas y capacidades encarnadas en la infinita matriz de la Conciencia Suprema del estado de Buda surgen simultáneamente dentro de una perfecta armonía de interpenetración.

Para lograr esta Conciencia Suprema, el budismo cree que el primer paso consiste en tranquilizar los pensamientos que fluyen, deteniéndolos en la medida de lo posible, de modo que se pueda elevar esta conciencia despierta a un nivel más alto y más constante, hasta su realización final. La meditación es, por tanto, la práctica fundamental e indispensable para transformar a la conciencia humana en la Sabiduría iluminada del estado de Buda. La teoría y la práctica de la meditación búdica y sus temas afines son de una amplitud tal que toda una vida no bastaría para agotar el punto. Lo más que se puede hacer, por lo tanto, es presentar un esbozo de las prácticas de meditación que han elaborado los yoguis dentro del cuadro de la tradición budista. Hemos de empezar nuestro examen con una revista de los tres aspectos principales de la meditación budista, a saber: sus características generales, sus técnicas y las etapas sucesivas que llevan al samadhi.



## 1. LAS CUATRO CARACTERÍSTICAS BÁSICAS DEL SAMADHI

La palabra latina “**meditatio**” no es una buena traducción de las palabras sánscritas dhyana o samadhi. En el inglés corriente la palabra “meditación” (meditation) significa “cavilar”; “proyectar”, “considerar”, y éste no es, en absoluto, el sentido de la palabra dhyana o la palabra samadhi. Aunque **dhyana** es un derivado de la raíz **dhi** (pensar) (contemplar) no significa “considerar” en el sentido corriente. La traducción al chino de la palabra **dhyana** es **chin lu**, que significa “contemplación tranquila”; la traducción tibetana es **bsam gtan**, que significa “mente estabilizada”, y que tal vez trasmite más adecuadamente la idea central de **dhyana**. La palabra sánscrita **samadhi** significa “unir las cosas” o “la unión del que medita con el objeto en el cual se medita”. En definitiva, tanto **dhyana** como **samadhi** designan un estado de perfecta concentración mental. En general, el **samadhi** es considerado por el hinduismo la etapa más elevada del yoga *-el estado mukty, la liberación final del samsara-*. Sin embargo, el budismo considera que el **samadhi** no es más que un estado más elevado de contracción mental, que tiene poco que ver con la liberación o el nirvana. La prueba de esto es el hecho de que centenares de nombres de distintos **samadh**is son citados en los sutras Mahayana.

Las características del samadhi son:

1. En el samadhi el yogui concentra perfectamente su mente en el objeto en el cual medita. Es un estado de fusión, o unidad, del que medita con el objeto meditado.
2. En el samadhi el yogui experimenta una sensación de intensa felicidad, tanto física como psíquica. La intensidad y la profundidad de esta felicidad son mucho más fuertes que cualquier forma de beatitud que conozca el ser humano corriente. Se sostiene que es mucho más intensa que el deleite de la experiencia sexual.
3. En el samadhi el yogui experimenta siempre la presencia de una gran “iluminación”. Esta no es una visión luminosa, sino la presencia clara y diáfana de su propia conciencia, y es una experiencia muy difícil de describir. Lo único que puede decirse es que todo el universo parece fundirse en un gran todo luminoso y transparente.
4. En un estado avanzado del samadhi no surge ningún pensamiento en la mente del yogui, ni siquiera el pensamiento del objeto en el cual se meditaba en un principio. Esto se debe a que cada pensamiento constituye un proceso completo, que pasa por las etapas del surgimiento, la subsistencia y la disipación, y que este proceso precedero es justamente lo que la meditación trata de dominar con el fin de llevar la mente a un estado de no-pensamiento. Esta “falta de pensamientos” del samadhi no es pesadez o insensibilidad; es una conciencia estabilizada, iluminada, desprovista de la agitación de los pensamientos. En una palabra, el pensamiento humano es conciencia en movimiento, mientras que el samadhi es conciencia quieta.

Los puntos (2), (3) y (4), o sea, la beatitud, la iluminación y la “falta de pensamientos” son las experiencias básicas del samadhi. Si falta una sola de éstas, el samadhi es incompleto.

5. Otra característica importante del samadhi es la suspensión de la respiración. Si no hay una suspensión completa de la respiración, la corriente mental no parará en su movimiento perpetuo. Para designar al samadhi se han empleado una serie de nombres, y uno de ellos es “la suspensión de la respiración” (en chino **chih shi**) que indica, sin lugar a dudas, que el samadhi tiene relación con este estado. El motivo de este fenómeno natural y común, que acompaña al samadhi, es expuesto claramente por el tantrismo en su teoría del “Principio de la Identidad de la Mente y el Prana”, según el cual todo pensamiento individual es

puesto en acción por un determinado “prana en acción”. Si el prana se serena o se suspende, lo mismo ocurre con la mente, y viceversa. Explicaciones más detalladas de esta teoría han sido dadas por mí en mi “Comentario yóguico”, publicado en el libro de Evans-Wenz, *Yoga Tibetano y las Doctrinas Secretas*<sup>85</sup>.

Las cinco experiencias que describimos a continuación pueden ser tenidas por los cinco rasgos principales del samadhi.

---

<sup>85</sup> La cita aludida es la siguiente: “Aunque no es necesario exponer aquí todos los aspectos de la doctrina, uno de los más importantes de ellos debe ser tomado en cuenta, y es el carácter recíproco de la mente y de prana, lo cual quiere decir que un cierto tipo de mente o de actividad mental va acompañado invariablemente por un prana de carácter semejante *-trascendental o mundano-*. Por ejemplo, un determinado estado de ánimo, sentimiento o pensamiento siempre va acompañado, manifestado o reflejado por un prana (respiración) de naturaleza y ritmo correspondiente. Es así que el enojo produce no sólo un sentimiento inflamado, sino también una manera áspera y marcada de respirar. Por otra parte, cuando hay una concentración tranquila en un problema intelectual, el pensamiento y la respiración tienen un ritmo sereno. Cuando la concentración es producida por un estado de raciocinio profundo, como durante la resolución de un problema abstruso, la respiración se retiene inconscientemente. Cuando experimentamos temor, orgullo, envidia, vergüenza, amor, apetito sexual, etc., estos estados de ánimo van acompañados de un prana especial, y este “aire” puede percibirse inmediatamente. En el samadhi profundo no surge ningún pensamiento, y por lo tanto no hay una respiración perceptible. En el momento inicial de la iluminación, que es también el momento de la total transformación de la conciencia normal, el prana sufre también una transformación revolucionaria. Es así que cada estado de ánimo, cada pensamiento, cada sentimiento, sea sutil, simple o complejo, va acompañado de un prana correspondiente.

“En los niveles más altos de la meditación, la circulación de la sangre disminuye el ritmo, casi hasta la cesación, la respiración perceptible desaparece y el yogui experimenta un determinado grado de iluminación, junto con un estado de mente plenamente libre. En estas condiciones se produce no sólo un cambio de conciencia, sino un cambio del funcionamiento fisiológico del cuerpo. En el cuerpo de un ser plenamente iluminado, la respiración, el pulso, los sistemas circulatorio y nervioso son iguales a los de las personas corrientes. Pruebas en apoyo de este hecho pueden encontrarse en fuentes hindúes, tibetanas y chinas.”

## 2. LAS SIETE CLASES DE MEDITACIÓN

Un estudio comparativo de las técnicas de meditación de las distintas religiones, escuelas y sectas constituye una investigación difícil y fascinante, que está más allá del alcance de este libro. De todos modos, las principales prácticas de la meditación empleadas en el budismo mahayana pueden agruparse en siete clases.

### **Práctica de la Meditación mediante Ejercicios Respiratorios**

De acuerdo con la teoría básica que afirma la identidad de mente y prana, si un hombre puede controlar su respiración, también puede controlar su mente. El ejercicio respiratorio es, por lo tanto, uno de los mejores caminos que lleva al samadhi.

La expresión “ejercicio respiratorio” alude al condicionamiento de la respiración mediante ciertas técnicas y siguiendo un programa determinado. Los métodos más populares consisten en contar las tomas de aire, suprimirlas o contener el aliento.

De estos procedimientos, tal vez el más fácil y el más seguro es el primero. Muchos maestros budistas lo han recomendado, y ha sido practicado por la mayoría de los meditadores budistas durante siglos. En contraste con los otros, este tipo de meditación puede ser practicado sin necesidad de acudir a la ayuda del gurú, si uno conoce suficientemente las técnicas respiratorias y comprende el principio básico de la práctica dhyana. El gran maestro Chih I, fundador de la escuela Tien Tai en China, explica muy claramente los ejercicios de “recuento y continuación” en su célebre libro *Lu Miao Fu Meng*, o *Las Siete Entradas Maravillosas (a la iluminación)*. Estas llamadas maravillosas entradas se interpretan de diez maneras distintas según los puntos de vista de diez diferentes campos de estudios, y constituyen así sesenta maneras de encarar el principio de las “Siete Entradas Maravillosas”.

Cuando se aplica este principio, al problema de la respiración, nos encontramos con seis etapas sucesivas.

La primera etapa, llamada “La etapa en que se cuenta la Respiración” consiste en concentrar la mente en la numeración de cada inhalación o exhalación *-en ningún caso, las dos por vez-*. Hay que contar de uno a diez, lenta y tranquilamente. Si el recuento es interrumpido por algún pensamiento, el yogui debe empezar de nuevo y contar desde uno. Mediante la práctica repetida, adquirirá eficiencia en este ejercicio, los pensamientos divergentes serán eliminados, y el proceso se realizará sin interrupciones. La respiración se volverá así sutil ligera y controlada. Después, la necesidad de contar la respiración se hace más débil *-el recuento se ha convertido en un obstáculo para el yogui-*. Esta experiencia se llama “La Realización del Recuento del Aliento”. Cuando el yogui ha llegado a este punto, abandona el recuento y procede a la segunda etapa, conocida como “La Secuencia del Aliento”.

En esta etapa la mente del yogui se funde con su respiración, y la sigue en la inhalación y exhalación con comodidad y perfecta continuidad. Ahora sentirá que el aire que aspira se difunde por todo su cuerpo, y que llega hasta la raíz de los cabellos, y su mente se volverá calma y serena. Esta experiencia se llama “La Realización de la Secuencia del Aliento”. Al llegar a este punto, “la Secuencia del Aliento” se convierte también en un estorbo y el yogui debe abandonarla y avanzar hasta la tercera etapa, que se llama “La Práctica de la Suspensión”.

En esta etapa el yogui debe desatender enteramente la respiración, y “detener” la mente en la punta de la nariz. Se sentirá sumamente tranquilo y sereno y, muy pronto, tendrá la sensación de que su cuerpo y su

mente se han desvanecido. Esta es la etapa dhyana, una etapa de cese perfecto. Cuando se la ha alcanzado, el yogui debe recordar que, si bien la experiencia de dhyana es maravillosa, uno no debe, como ha advertido Buda, aferrarse a ella o demorarse en ella.

Después, el yogui debe pasar al cuarto paso, llamado “La Práctica de la Observación”, que consistirá en observar su respiración, extremadamente sutil, y los contenidos de su cuerpo físico *-los huesos, la carne, la sangre, los músculos, los excrementos, etc...*<sup>86</sup>. Esto le llevará a la conclusión de que todos ellos son transitorios, momentáneos y engañosos, que carecen de una naturaleza propia. Aplicando repetidamente este examen, o “Práctica de Observación”, el “ojo” de la mente del yogui se irá abriendo gradualmente y podrá ver claramente todas las más leves funciones de sus órganos y vísceras, comprendiendo que tanto la existencia física como la psíquica están aherrojadas por la miseria, la transitoriedad y el engaño, sometidas a las ideas ilusorias del yo. Cuando se llega a este punto, el yogui debe proceder a la quinta etapa, o “Práctica de Retorno”, con el fin de llevar su mente al estado original.

En esta “Práctica de Retorno”, el yogui debe observar cuidadosamente la naturaleza misma de las prácticas de meditación que ha empleado hasta ahora. Entonces comprobará que todas ellas están afectadas de un carácter dual, pues siempre hay una mente que practica y un objeto o plan que se sigue y practica. Vencer esta dicotomía enfrentada y llevar la mente a su estado primordial, al absoluto Vacío-*Todo*; éste es el fin principal de la “Práctica de Retorno”. Este estado primordial ha de ser alcanzado mediante la contemplación del aspecto no existente o vacío de la mente. Si uno llega a comprender que la mente es vacía por naturaleza, ¿de dónde podría venir la dicotomía “sujeto-objeto”? Cuando el yogui llega a la comprensión de esta verdad, la Sabiduría Trascendental florecerá de repente para él, que ahora mora en forma natural y espontánea en el estado primordial.

Sin embargo, el yogui debe avanzar aún otro paso con el fin de entrar en la sexta y última etapa, la “Práctica de la Pureza”, con el fin de limpiarse de la sutil “mácula de la acción”, y completar y perfeccionar la Sabiduría Trascendental que ha florecido en él.

“Observación”, “Retorno” y “Pureza” no son prácticas de dhyana, en realidad, sino de prajna; la “Práctica de Retorno” consiste en observar la vaciedad de los dharmas concretos, y la “Práctica de Pureza” consiste en observar la vaciedad de la dicotomía y en difundir la mente propia con la Igualdad que todo lo abarca. Es tan sólo por medio de la práctica de la Vaciedad que una meditación búdica de cualquier tipo alcanza su perfección. Estas seis etapas de meditación comprenden las seis etapas sucesivas que son recomendadas con alta estima por la Escuela Tien Tai de budismo chino.

La práctica de la meditación mediante “la supresión o la contención del aliento” es tal vez el método más poderoso y directo. Esta práctica es capaz de producir resultados yóguicos rápidos, y lleva rápidamente al yogui hasta el estado de samadhi. Sin embargo, puede ser peligrosa, si no se la sigue con prudencia. Por lo tanto, no es recomendable el uso de esta técnica si no se cuenta con la guía de un maestro y no se posee una buena base de prácticas de los ejercicios de respiración del tipo “fácil” (contar las aspiraciones y expiraciones, etcétera).

En estos ejercicios respiratorios, el prana debe mantenerse, en las primeras etapas, por debajo del ombligo, y en las etapas avanzadas en los distintos centros del cuerpo, para fines y propósitos varios<sup>87</sup>.

### **Práctica de Meditación mediante la Concentración de la Mente en un Punto**

<sup>86</sup> Véase el comentario del autor en el Yoga Tibetano y las Doctrinas Secretas, de Evans-Wentz.

<sup>87</sup> Para más detalles, consultar la obra citada de Evans-Wentz y Esoteric Teachings from the Tibetan Tantra, del autor, que aparecerá próximamente.

Esta forma de meditar es aparentemente fácil, pero en realidad muy difícil. Muchos gurús recomiendan al yogui que, en primer término, llegue a dominar hasta cierto punto los ejercicios respiratorios, antes de emprender la meditación que consiste en “concentrarse en un punto”; de no ser así, le resultará difícil y aburrida. Concentrarse en un punto fuera del cuerpo físico, por ejemplo, concentrar la atención en un objeto que está frente a nosotros es menos peligroso, aunque no tan efectivo, que concentrar la mente en un determinado punto dentro del cuerpo. Fijar la atención en cualquier punto interior del cuerpo producirá resultados extraordinarios, y a veces espectaculares. Una determinada experiencia psíquica, se producirá al concentrarse en un centro específico del cuerpo. Por ejemplo, la concentración en un punto entre las cejas producirá la experiencia de la “luz”, y la concentración en el ombligo la experiencia de la beatitud. Cuando la concentración se hace sobre el centro del corazón, las fuerzas positivas y negativas del cuerpo se unirán muy pronto y, con el tiempo, producirán “el vacío iluminado”, o la experiencia del “vacío beatífico”. Los que siguen al tantrismo sostienen que cada uno de los seis centros principales (chakras) del cuerpo tienen funciones especiales y aplicaciones preferenciales. Tan sólo un gurú experto es capaz de explicar esto con los detalles requeridos. Una información detallada al respecto se encontrará en la literatura del tantrismo tibetano.

### **Práctica de la Meditación mediante Visualización**

Una persona que no ha estudiado ni se ha entrenado en la práctica del control mental difícilmente puede comprender lo arduo que es el control de la propia mente. Esa persona supone que puede ordenar a su mente el pensar en lo que se le ocurra, o que puede hacerla funcionar en la manera deseada. Nada podría estar más lejos de la verdad. Sólo quienes han practicado la meditación pueden comprender la dificultad que presenta el control de esta mente ingobernable y fluctuante. Por ejemplo, si cerramos los ojos y tratamos de visualizar un cuadro, muy pronto nos convenceremos de cuán difícil es hacerlo. Por lo general, el cuadro es vago e impreciso: se desvanece, fluctúa y se niega a quedarse quieto o a “presentarse entero”. Para la gente profana esta llamada visualización es, a lo sumo, más un “sentimiento” que una verdadera visión. En una ocasión yo medité duramente cien días en una ermita situada en una lejana montaña de China Central, y visualizaba la imagen de Buda parándome sobre la cabeza. Todos los días practicaba durante ocho o nueve horas nada más que esta visualización. Durante las primeras semanas el cuadro era vago, indistinto y movable. Cuando visualizaba la cabeza del Buda, perdía todos los rastros de los brazos y el torso; cuando veía los brazos y el torso, no veía la cabeza y las piernas. Sólo de cuando en cuando podía, momentáneamente, visualizar la totalidad de la imagen del Buda, sin que temblara o se desvaneciera. Por último, después de siete semanas de práctica continua, la visualización se volvió tan nítida que parecía más clara y distinta que si la hubiera visto en el mundo exterior. A algunos les resultará difícil creerme, pero los yoguis que han practicado y experimentado esta clase de meditación pueden dar fe.

Hace muchos siglos, el budismo declaró que los seres humanos no ven las cosas con sus ojos, sino con sus mentes. El ojo es estimulado por los distintos grados de luz reflejados por los objetos que nos rodean. Este estímulo, a su vez, es interpretado por el cerebro y se resuelve en cuadros visuales *-se resuelve en lo que hemos llamado la visión-*. Dado que todo lo que vemos con los ojos es un producto “procesado”, por muy fielmente que haya sido reproducido, nunca puede ser una réplica perfecta del original. Esta visión “visual”, comparada con la visión proyectada y vista directamente por la mente, no puede considerarse que sea de “alta fidelidad”. Si la teoría es válida, las pretensiones de los yoguis no son exageradas y tampoco son producto de la pura imaginación.

Volviendo a nuestro tema inicial, la visualización es uno de los mejores ejercicios para dominar la mente y el prana. El tantrismo, especialmente, subraya su utilidad y lo aplica en casi todas las formas de meditación, salvo el mahamudra. Centenares de distintas prácticas de visualización existen para necesidades individuales determinadas y para aplicaciones especiales. La visualización de un objeto estático o de un cuadro, fuera del cuerpo, pasa por ser un ejercicio preparatorio. La visualización de un

objeto en movimiento, que traza una órbita dada dentro del cuerpo, pasa por ser una práctica más avanzada. El intento de visualizar un cuadro extremadamente complicado, con todos sus detalles, resulta excelente para los principiantes, que están aprendiendo a controlar sus mentes errantes, y la visualización de un cuarto o un objeto más simple se recomienda para las meditaciones más elevadas. Algunos efectos específicos pueden ser logrados con los distintos colores, formas, posiciones y órbita en movimiento de los objetos visualizados. En los tipos más avanzados de visualización, el yogui debe construir visualmente un cuadro grande en un pequeño espacio. Muchos yoguis tibetanos pueden visualizar claramente un gran **mandala**<sup>88</sup> dentro del espacio de una arveja. Por lo tanto, la visualización, por una parte, puede desenvolver el gran poder potencial y la flexibilidad de la mente y, por otra parte, puede llevar al yogui al estado avanzado del samadhi.

Aunque en sus etapas iniciales la visualización es principalmente un ejercicio para el entrenamiento de la Sexta Conciencia (la mente), y, por lo tanto, está confinado dentro de una forma dual y “adhesiva”, sus etapas avanzadas pueden muy bien aproximarse al reino de la más elevada conciencia no dual. Constituye la más extensa y la más variada de las prácticas de meditación.

### **Práctica de la Meditación por medio de los Mantras-Recitación o Entonación de Palabras Místicas**

Mientras que “visualización” es una práctica que emplea el ojo de la mente, el Mantram Yoga emplea el oído de la mente. Los sonidos, del mismo modo que las imágenes pueden ser utilizados para llevar a la mente al estado de samadhi. Recitar una plegaria o un mantram, entonar una palabra sola o una bendición, como “om”, “ah”, constituye una práctica de meditación muy popular en el Oriente. Aunque el budismo no subraya la importancia del sonido tanto como el hinduismo, el “yoga sonoro” ha sido uno de los puntos de apoyo de la meditación budista, y es ampliamente practicado por monjes budistas y seculares. Hay tres razones que explican su popularidad: es el tipo de meditación más fácil y más seguro, tiene carácter devoto y llena las necesidades religiosas de las masas. Los tipos de meditación ya mencionados *-control respiratorio, concentración o visualización-* son ejercicios psico-fisiológicos, y en ellos no hay muchos elementos “religiosos”. En sí mismos, son incapaces de satisfacer los anhelos espirituales de las masas. Con el fin de satisfacer estas necesidades, la práctica de meditación que consiste en recitar una plegaria, un mantram o el nombre de Buda fue inventada. Es el tipo de meditación más popular y más influyente, y es muy practicado por los creyentes budistas de todos los niveles.

### **Práctica de la Meditación mediante el Movimiento**

El samadhi es un estado mental al cual puede llegarse por una serie de métodos que, en conjunto, se caracterizan por su “quietud”. Pero no son éstos los únicos medios para alcanzarlo. Algunos movimientos especiales pueden llevar al samadhi. Por ejemplo, el célebre movimiento taoísta tai chi (primordialidad) inventado por el gran yogui taoísta San Fung Chang, de la dinastía Ming, constituye una excelente manera de practicar la meditación. Este Movimiento Primordial es un ejercicio muy suave que ha sido ideado, ingeniosamente, para lograr que las fuerzas positivas y negativas entren en armonía perfecta controlando así, automáticamente, la mente, controlando el prana y llevando directamente al estado de samadhi. El Movimiento Primordial se ha convertido en uno de los ejercicios gimnásticos más populares, y es practicado por los chinos de todas las condiciones. A pesar del notable valor higiénico de este ejercicio, la

---

<sup>88</sup> Mandala significa “círculo”. En general, el término es usado por el tantrismo para designar la unidad individual, samsárica o nirvánica, en el universo. En este sentido específico implica la “ciudad” o la “residencia” de una deidad específica. Esta “Ciudad de Buda” es descrita en general con un Buda principal en el centro y una serie de deidades puestas en círculo a su alrededor. El cuadro completo de un mandala tántrico es notablemente similar a la estructura del átomo o del sistema solar. Los especialistas en tantrismo consideran al mandala un símbolo del universo, tanto en su sentido macrocósmico, como en su sentido microcósmico.

forma en que se practica actualmente es considerada por muchos yoguis taoístas una degradación del Movimiento, que en un principio fue creado con un propósito mucho más elevado.

Hay otra práctica inventada por los taoístas, llamada “La Instrucción de una Palabra” (en chino: **Itzu chueh**) mediante la cual el yogui puede despertar la **kundalini** (fuerza vital) en pocos días nada más que con ciertos movimientos especiales de los dos pulgares. La manera exacta de practicar estos movimientos se mantiene en un secreto estricto.

En general, el budismo no insiste en la aplicación del movimiento a las prácticas de meditación, aunque no niega su utilidad, y hasta llega a aplicarlo en ciertos casos. Sin embargo, en líneas generales, el budismo sostiene que el “movimiento” es un buen ejercicio subsidiario, pero que no debe considerársele una forma primaria de la práctica de la meditación.

Estas prácticas dinámicas se enseñan de diversas maneras según las distintas religiones. Antes de iniciarlas, sin embargo, conviene examinarlas cuidadosamente, con el fin de evitar pérdidas de tiempo, y para precaverse de resultados indeseables que podrían ser la consecuencia del uso imprudente de estos ejercicios místicos.

### **Práctica de la Meditación mediante la Concentración de la Mente en la Buena Voluntad, o en Pensamientos Piadosos**

Desde el punto de vista espiritual, esta meditación es mucho más importante que cualquiera de las otras cinco clases que ya hemos comentado. Hay una enseñanza, muy practicada por los yoguis budistas, que se conoce como “Los Cuatro pensamientos Ilimitados”, y que se utiliza para cultivar los pensamientos devotos y la buena voluntad hacia todos los seres. Estos Cuatro Pensamientos Ilimitados son: la afabilidad, la compasión, la alegría simpática y la serenidad de ánimo. El propósito de meditar en estas virtudes tiene dos fines: cultivar la compasión hacia todos los seres, y reducir esas vallas entre uno mismo y los otros, que tanto han contribuido a las desdichas del mundo. Esta meditación, según los budistas, es el fundamento de otras meditaciones, y la preparación para ellas. En el Tibet, las estrofas de estos “Cuatro Pensamientos Ilimitados” son recitadas y se contemplan antes de iniciar cualquier meditación. Sin la preparación espiritual que es el producto del cultivo de la buena voluntad y la devoción, ningún tipo de meditación puede aportar frutos buenos, y a menudo puede llevar a la perdición. Los yoguis que no podían encontrar la Iluminación después de un período prolongado de meditación tuvieron que aceptar que su trabajo preparatorio en el terreno de la vida devota había sido insuficiente. Esto los llevó a practicar nuevamente desde las bases los “Cuatro Pensamientos Ilimitados”, “El Voto del Bodhisattva”, a recitar plegarias, prosternarse, etc., para vencer sus insuficiencias en este terreno. Por lo tanto, el tipo devocional de meditación es el fundamento de los otros, y nunca debe ser descuidado por quienes buscan seriamente la Iluminación.

### **Práctica de la Meditación mediante la Identificación de la Esencia de la Mente**

Esta es la meditación “sin esfuerzo” del Zen y de Mahamudra. Es una meditación en la cual no hay nada sobre qué meditar, es el funcionamiento espontáneo y maravilloso de la propia mente, el pináculo y la esencia de las enseñanzas budistas. Para quienes no han pasado “la puerta” esta meditación es la más ardua, pero para quienes ya la han pasado ésta es la más fácil de todas. Todos los otros ejercicios y prácticas no son más que preparaciones para ésta. El punto esencial consiste en reconocer la naturaleza de la propia mente o, por lo menos, tener un atisbo. En cambio si reconoce la Esencia de la Mente, el yogui podrá concentrarse en ella en cualquier lugar o momento, sin dificultad. En la actividad y en la quietud la conciencia del vacío iluminado brillará siempre dentro de él. Aunque después de haber reconocido la Esencia Mental hay todavía un largo camino que andar, el primer atisbo es considerado por todos los budistas algo muy importante y que todo yogui debe tratar de obtener antes que nada. Una vez que se pasa

la “puerta sin abertura”, la meditación ya no será una práctica o un esfuerzo. Se ha convertido en un acto vital, natural y espontáneo. El yogui puede estar sentado, caminar, hablar o dormir; todas las actividades y condiciones de la vida se han convertido en maravillosas meditaciones en sí mismas. No se necesita hacer ningún esfuerzo, y no es menester trabajar sobre ningún objeto o idea.

Pero para pasar esta puerta es necesario practicar intensamente esta meditación “sin objeto”, siguiendo el camino Zen o el mahamudra. El primero ya ha sido tratado en el capítulo referente a la práctica del Zen; para un comentario sobre el segundo el lector puede consultar El Libro Tibetano de la Gran Liberación, de Evans-Wentz, así como su Yoga Tibetano y las Doctrinas Secretas, tomo II.



### 3. LAS TRES ETAPAS SUCESIVAS DE LA MEDITACION

#### La Primera Etapa

Lo primero que experimenta el meditador es la aparición continua de pensamientos que distraen. El meditador se encuentra con que su mente es tan ingobernable que ni siquiera por un breve período de tiempo puede controlarla. Los pensamientos casuales se presentan unos tras otros, como una catarata, sin parar ni un segundo. El principiante se encuentra con que los pensamientos divergentes son aún más frecuentes que antes: en vez de disminuirlos, la meditación parece haberlos multiplicado. Muchos principiantes quedan confundidos y decepcionados por esta experiencia inicial. Su frustración los lleva a dudar de la eficacia de la práctica de la meditación y de la posibilidad de obtener alguna vez el samadhi. Algunos cambian entonces técnicas de meditación y terminan perdiendo la fe completamente y abandonando toda práctica. La verdad es que los pensamientos casuales nunca aumentan por obra de la meditación; la meditación nos vuelve más conscientes de ellos. Sólo una mente tranquila puede volverse consciente de este flujo mental, que hasta ahora ha fluido sin ser notado. Por lo tanto, esta experiencia es un síntoma de progreso y no de retroceso. Se suele decir que, si el meditador ha realizado realmente algún progreso, notará que muchos pensamientos se presentan y desaparecen dentro de una fracción de segundo. De este hecho da cuenta el mismo Buda en el Sutra de la Elucidación de la Profundidad Oculta<sup>89</sup>.

La Conciencia Alaya (Adana) es muy sutil y muy profunda:  
 en ella todas las semillas se agitan como torrentes impetuosos.  
 Yo no expongo esta Conciencia a los tontos y a los ignorantes,  
 porque temo que se aferren a ella, tomándola por El Ser Verdadero.

De acuerdo con la filosofía de yogachara, la corriente siempre renovada de pensamientos que se experimenta en la meditación es la vivificación (en chino: **hsien hsing**) de las “semillas de impresiones” que, hasta el momento, han pasado inadvertidas en el Depósito (Alaya) de la Conciencia. Estas “semillas”, infinitas en número, ilimitadas por su alcance, están conservadas en la conciencia alaya y constituyen el material esencial que forma la estructura básica de la mente humana. Todo el reino del samsara está comprendido en esta conciencia alaya y es puesto en movimiento por estas “semillas”.

La labor de meditación consiste, primeramente, en reconocer la acción de estas “semillas”, y se manifiesta como corriente mental; en segundo término, parar la actividad incontrolada de estas semillas y, finalmente, transformarlas o sublimarlas dentro de la infinita capacidad del estado de Buda. Por lo tanto, uno no debe descorazonarse al descubrir esta corriente mental ingobernable, sino que debe continuar la práctica de la meditación hasta alcanzar el estado samadhi.

#### La Segunda Etapa

Si el yogui no presta atención a la dificultad inicial de controlar sus pensamientos errantes, y persiste en la meditación, gradualmente notará que hay una disminución de la corriente mental, y que le resulta más fácil el control de ésta. Al principio, los pensamientos casuales irrumpen con ímpetu, pero después la corriente mental empieza a moverse lentamente, como ondas ligeras en un río ancho y tranquilo. Al llegar a este punto, el yogui tendrá probablemente muchas experiencias excepcionales: verá extrañas visiones, oirá sonidos celestiales, olerá fragancias maravillosas y cosas de este estilo. La mayoría de estas visiones, según los análisis del tantrismo, son producidas por el prana, que estimula los distintos centros nerviosos.

---

<sup>89</sup> Sutra de la Elucidación de la Profundidad Oculta (en chino: cheh sheng mi shin; en sánscrito: Sandhinirmochasana-Sutra).

Muchas de ellas tienen un carácter engañoso. El yogui es advertido por su gurú, quien le dice que no debe prestarles ninguna atención: de no ser así, se extraviará. La anécdota que se cita a continuación es un ejemplo típico de las visiones engañosas a las cuales se halla expuesto el yogui en la segunda etapa de la meditación.

En los alrededores del lamasario de Par Pong, en el Tíbet Oriental, había un pequeño ashram llamado “La Casa de la Meditación”, en el cual treinta y seis lamas habían hecho votos de meditar durante tres años, tres meses y tres días sin alejarse de los límites del ashram, sin dormir en camas, sin ver ni hablar con nadie, salvo el gurú y sus compañeros de meditación a ciertas horas determinadas. En el ashram debía reinar un absoluto silencio en todas las otras horas, y se observaba una estricta disciplina.

Al cabo de los tres años, tres meses y tres días de meditación, se celebró un gran acto “de fin de curso”, en el cual todos los monjes del monasterio y la gente de la aldea participaron. Después de las preparaciones necesarias, comenzó la clase siguiente. Este programa había sido cumplido durante más de doscientos años en el lamasario de Par Pong.

En 1937 yo estudié allí algún tiempo, y tuve oportunidad de conversar con un lama que había sido uno de los “graduados” de “La Casa de la Meditación”. Él me contó la siguiente historia:

“A mediados del quinto mes de mi estadía en la Casa, una vez que estaba meditando vi una araña a una corta distancia de mi nariz. Decidí no prestarle ninguna atención”

“Pasaron unos cuantos días, y la araña no desapareció en el transcurso de ellos, sino que cada vez la veía más cerca de mi cara. Molesto por esta presencia continua, traté de diversas maneras de librarme de ella. En primer término medité sobre la Compasión *-envié toda mi buena voluntad a la araña, pero ésta no se iba-*. Luego invoqué la ayuda del Protector del Dharma, y recité su belicoso mantram con la esperanza de verme libre de la araña, pero esto tampoco dio resultados. Por último intenté meditar en el carácter ilusorio de todos los seres, procurando entender que la araña no era real, sino nada más que un engendro de mi imaginación. Tampoco esto dio resultados.

“Pasaron unas semanas más y, durante ellas, a pesar de mis esfuerzos por librarme de la araña, aumentaba cada vez de tamaño, y se acercaba cada vez más a mi nariz. Llegó un momento en que era tan grande y estaba tan cerca que me asustaba intensamente y ya no podía meditar. Entonces le conté esta experiencia a mi gurú.

“El me dijo, sonriendo: “Al parecer, has hecho todo lo que puede hacerse. No creo que puedas hacer ya nada más. ¿Qué intentas hacer ahora?”

“Esto me perturbó a tal punto que le dije: “Si nada de resultados, no tendré más remedio que matar a la araña con un puñal, pues en este momento no puedo meditar y la araña no obtiene de mí ningún beneficio. Aunque la muerte de un ser sensible es un crimen que prohíbe Nuestro Señor el Buda, lo importante es que yo no puedo continuar con mi meditación a causa de este estorbo. En esta forma no me sirvo ni a mí mismo ni a la araña. Por otra parte, si mato a la araña, el estorbo desaparecerá. Entonces tendré una vez más la posibilidad de lograr la iluminación, lo cual redundará en beneficio de todos los seres interesados.

“Mi gurú dijo: “¡No te apures! No la mates hoy. Espera a mañana: Escúchame atentamente y haz lo que te digo. Ve a tu cuarto y medita nuevamente. Cuando aparezca la araña, hazle una cruz en el abdomen con un pedazo de tiza. Después, ven a verme”

“Seguí sus instrucciones y, al aparecer la araña, le hice la cruz que me había ordenado mi gurú. Después volví a su habitación y le dije: “Querido Lama, hice lo que me dijiste”

“Mi gurú me contestó: “¡Desnúdate!” Me sentí muy confundido, pero lo obedecí. Cuando me hube desnudado, el Lama me indicó con el dedo el vientre y me dijo: “¡Mírate!” Bajé la cabeza y miré. Quedé atónito: ¡tenía una cruz marcada con tiza! Si hubiera matado a la araña imaginaria, en realidad me habría matado a mí mismo”.

### **La Tercera Etapa**

De este modo, si el yogui no presta atención a pensamientos errantes, incomodidades físicas, visiones engañosas y otras formas negativas, y persiste en su meditación, eventualmente logrará la realización deseada y alcanzará el estado de samadhi. A partir de aquí, podrá emprender la práctica más adelantada del prajnaparamita, prosiguiendo el camino hacia la iluminación perfecta del Buda.

---

**ÍNDICE**


---

PREFACIO.....	3
<b>CAPÍTULO I - ¿QUÉ ES EL ZEN?</b> .....	<b>5</b>
ESTILO ZEN Y ARTE ZEN .....	5
EL CENTRO DEL ZEN: ESTUDIOS SOBRE LOS TRES PRINCIPALES ASPECTOS DE LA MENTE.....	19
CUATRO PUNTOS VITALES DEL BUDISMO ZEN .....	23
<b>CAPÍTULO II - LA PRÁCTICA DEL ZEN</b> .....	<b>29</b>
ANÁLISIS GENERAL DE LA PRÁCTICA DEL ZEN .....	29
LA PRÁCTICA DEL ZEN POR MEDIO DEL EJERCICIO KOAN .....	34
DISCURSOS DE CUATRO MAESTROS ZEN .....	35
1. DISCURSO DEL MAESTRO HSU YUN.....	35
2. DISCURSOS DEL MAESTRO TSUNG KAO .....	41
3. DISCURSOS DEL MAESTRO PO SHAN .....	46
4. DISCURSO DEL MAESTRO HAN SHAN.....	55
BREVES AUTOBIOGRAFÍAS DE CINCO MAESTROS ZEN.....	59
1. RESUMEN DE LA AUTOBIOGRAFÍA DEL MAESTRO HAN SHAN.....	59
2. HISTORIA DEL MAESTRO WU WEN.....	71
3. HISTORIA DEL MAESTRO HSUEH YEN.....	72
4. HISTORIA DEL MAESTRO MENG SHAN.....	74
5. HISTORIA DEL MAESTRO KAO FENG .....	77
<b>CAPÍTULO III - LOS CUATRO PROBLEMAS DEL BUDISMO ZEN</b> .....	<b>80</b>
¿ES COMPLETAMENTE ININTELIGIBLE EL ZEN?.....	81
¿QUÉ ES LA ILUMINACIÓN DEL TIPO ZEN?.....	84
EL ZEN Y EL BUDISMO MAHAYANA .....	87
LAS “CUATRO DISTINCIONES” DE LIN CHI.....	92
<b>CAPÍTULO IV - BUDA Y LA MEDITACIÓN</b> .....	<b>97</b>
LOS TRES ASPECTOS DE LA CONDICION DE BUDA EN RELACION A LOS SEIS TIPOS DE PENSAMIENTO .....	97
PRACTICA DE LA MEDITACIÓN BUDISTA.....	104
1. LAS CUATRO CARACTERÍSTICAS BÁSICAS DEL SAMADHI .....	105
2. LAS SIETE CLASES DE MEDITACIÓN.....	107
3. LAS TRES ETAPAS SUCESIVAS DE LA MEDITACION.....	113

