

SENTARSE, VER, PENSAR Y ACTUAR

Ana María Schlüter

Ver

Zen ayuda a ver mejor, a pesar de que uno de los primeros consejos que se reciben en la víspera de todos los sesshin es “no mirar alrededor”. Y es que un sesshin no es momento de contemplar un paisaje, de mirar las caras de los demás. Como no es momento de bailar cuando se quiere dormir, o de comer cuando se está en un concierto. Sin embargo, Dôgen Zenji dice matizando más: “No tomes los ojos a la ligera y no les concedas peso. No concedas peso a los oídos y no los tomes a la ligera.” Es decir, no te pongas ahora a mirar, a contemplar algo, por bueno que sea, pero tampoco te los tienes que arrancar de la cara, porque para algo están ahí. Y en la siguiente frase dice: “Haz que ojos y oídos estén despejados y nítidos”. Se trata de aprender a ver, con “ojos despejados y nítidos”. ¡Qué importante es eso! Basta simplemente ver lo que pasa cuando ha habido un accidente y hablan los testigos. Muchas veces no coinciden, no sólo porque estuvieron viéndolo desde ángulos diferentes, sino porque a menudo proyectan inconscientemente algo de su propia imaginación.

Para el Sexto Patriarca en el siguiente texto del *Sutra del Estrado* los ojos son una de las puertas exteriores de la ciudad con que compara el ser humano: “El cuerpo físico es la ciudad; nuestros ojos, nuestras orejas, nuestra nariz y nuestra lengua son sus puertas. Hay cinco puertas exteriores: ojos, oídos, nariz, lengua y cuerpo; mientras que la puerta interior es la facultad de formar ideas. El corazón (SHIN) es el suelo y la naturaleza (SHO) es el rey que habita el suelo del corazón. Cuando está la naturaleza (SHO), hay rey, y nuestro cuerpo y nuestro espíritu florecen; cuando la naturaleza (SHO) no está, no hay rey, y cuerpo y espíritu se deterioran.”

Cuando la naturaleza propia está al descubierto y no está enterrada bajo prejuicios, miedos o ganas etc., hay quien gobierna esta ciudad, y las puertas de los sentidos funcionan perfectamente. Entonces se puede ver, oír, saborear, oler, palpar y pensar correctamente, percibiendo la realidad tal cual realmente es.

En otros pasajes del sutra lo aclara algo más, por ejemplo, cuando dice que se trata de que las impresiones de la realidad, que nos llegan a través de los sentidos, no se corrompan al pasar por la puerta, por ejemplo, por telarañas que hubiera en esa puerta, porque entonces la realidad no se refleja tal cual es, no entra limpia, aparece desdibujada o deformada. Ver todas las cosas sin que el corazón quede afectado o adherido es libertad de ver. Lo contrario se da cuando el corazón no es libre y no registra lo que hay sino lo que teme o tiene ganas de ver. “Funcionar penetrando en todas partes sin quedar adherido en ninguna parte”, “purificar lo profundo del corazón, de manera que las seis conciencias”, una de ellas la de la vista, “atraviesen las seis puertas de los sentidos hacia los seis campos de los objetos sin quedar corrompidos o confundidos, yendo y viniendo libremente”. No se trata de perder la capacidad de ver las cosas, para andar como un sonámbulo por el mundo, sin enterarse de lo que hay, de lo que se tiene delante, de lo que pasa, sino de ver mejor. Lo contrario no es propio de una persona contemplativa, sino de una persona distraída o “colgada”, lo cual no tiene nada que ver con auténtica mística, ni con verdadera contemplación, ni con el despertar del zen; la verdadera contemplación está con los pies en el suelo.

A San Juan de la Cruz muchos se lo imaginan sólo rezando o escribiendo, pero no en la construcción. Sin embargo, trasladó el monasterio que Ana de Peñalosa le había donado en Segovia, que estaba en un sitio muy húmedo y malsano al lado del río, piedra por piedra al actual emplazamiento. Construyó con sus propias manos el acueducto que hay en Granada en la colina de la Alhambra, por el que llegaba agua al convento carmelita.

Además, estando en Andalucía, estuvo mucho tiempo al cargo de las cuentas. Imaginarse a los místicos como personas ajenas al mundo es despojarlas de su talante profético y confundirlas con quietistas. De lo que se trata es de purificar lo profundo del corazón, dicho en palabras del Sexto Patriarca, de manera que los objetos, tanto si son piedras como si son problemas de la sociedad etc., se registren correctamente. Eso es lo que se llama sabiduría, es libertad de la mente. Por ejemplo, yendo en el metro o por la calle ver la persona, sin estar atado a uno mismo/a, ver el cansancio al final del día de la gente que va en el metro o en los autobuses, etc. Lástima si siempre se va en coche particular, aislándose de los demás, aparte de contribuir a la polución.

En otro pasaje el Sexto Patriarca dice: “En el suelo del propio corazón, hay un *buda* de iluminación que emite una luz muy fuerte, que cuando se dirige hacia el exterior ilumina las seis puertas de los sentidos y las purifica. (...) Cuando esta luz se dirige hacia dentro, elimina los tres elementos venenosos, odio, codicia y orgullo, y con ello instantáneamente todos los infiernos. Nos ilumina completamente por dentro y por fuera.” Esa luz no es para aislarse ahí; sino para abrirse y ver mejor.

El *zazen*, en China y Japón, no se considera “meditación”, que sería “*meiso*”, sino “*JO*”, que el diccionario traduce como “asentarse”. Leyendo el ideograma con que se escribe *JO*, sería “en mi casa bajar y hacer pie”. Pero una vez en por el camino del abismamiento se encuentra la luz, esa luz entonces purifica e ilumina los sentidos, el ámbito del yo limitado y el inconsciente. No se cambia de carácter, pero el que se tiene, se purifica y se ilumina. Hay un movimiento descendiente de ir abismándose hacia la luz interior, y hay un movimiento ascendente que consiste en la iluminación y transformación de la persona. San Juan de la Cruz dice: “Hay una luz que nunca falta en el alma, y es sólo debido a las formas y los velos que no se le infunde.”

En el *Sutra del Estrado* se recoge el comentario del Quinto Patriarca al poema del prior del monasterio donde fue Enô para llegar al despertar. Como es sabido, el abad de aquel monasterio quiso nombrar sucesor y pidió que los monjes escribieran unos versos, que revelaran su despertar. El poema del prior decía:

El cuerpo es cual árbol de iluminación,
el corazón es como un espejo claro,
límpialo constantemente
para que no se pose ningún polvo.

Cuando el Quinto Patriarca lo vio, supo que “Shen Hsiu, el prior, aún no había pasado la barrera y que no veía su propia naturaleza esencial.” Y cuando luego habló con Shen Hsiu se lo explicó diciendo: “La composición de ese poema indica que todavía no has visto tu naturaleza original. Sólo has llegado hasta la barrera; te has quedado fuera y aún no has entrado dentro. Si buscas la iluminación insuperable con una comprensión como esta, nunca lo vas a conseguir. La iluminación insuperable requiere ser capaz de reconocer espontáneamente el hondón del propio corazón y ver la naturaleza propia, que no nace ni muere; y cuando te ves a ti mismo en todo momento sin detenerte en nada, siendo tú real, todo va a ser para ti real. Las miríadas de cosas son en sí mismas, tal cual son, conciencia de talidad: es la verdadera realidad. Si lo ves así, eso es la naturaleza inherente de la iluminación insuperable”. Gunin se dio cuenta de que Shen Hsiu todavía estaba muy pendiente de cómo practicar correctamente, pero que no se había dado cuenta realmente de la luz interior. Eso no quiere decir que tenga que haber necesariamente un momento de *kensho* muy llamativo. A veces sucede de una manera que no llama nada la atención, aunque de hecho se esté funcionando desde allí. El poema de Shen Hsui en cualquier caso revelaba que allí no se había dado, ni de una

manera ni de otra, el enterarse de su verdadera realidad, y por eso Gunin le dijo: “Tú has llegado sólo hasta la barrera; no has pasado por el umbral.”

El hecho es que sólo se ve con la misma profundidad desde la cual se mira. Si se vive superficialmente y uno se comporta superficialmente, si se mira desde la superficie, no se va a ver nada más que superficie en todo. Si una persona ve más a fondo, es una señal de que a sí misma también se ha descubierto más a fondo; y lo contrario también es cierto: cuando una persona se descubre a sí misma más a fondo, también ve más a fondo. Una señal es que no se va juzgando por el mundo diciendo o pensando constantemente: “Esto está bien, esto está mal.” Mumon Ekai dice en el poema al caso 18 de la *Barrera sin Puerta*: “El que habla de bien y mal, es un hombre de bien y mal.” Es una persona instalada en el nivel dualista.

Hay muchos koan que tienen que ver directamente con la vista; así, por ejemplo, el caso 42 del *Hekiganroku*, la “Crónica de la Pared Rocosa de Jaspe”. Hô Koji (en chino: el laico P’ang), había estado una temporada en el monasterio de Yakusan y estaba despidiéndose. Yakusan encargó a diez de sus discípulos que le acompañaran hasta la puerta del templo. Estaba nevando. Hô Koji señaló los copos de nieve y dijo: “Copos de nieve maravillosos, no caen en ningún otro sitio”. Entre los discípulos había uno que se llamaba Zen y que dijo: “¿Entonces dónde caen?” Hô Koji le dio una bofetada. Pero Zen tampoco se enteró por ésas y dijo: “¡Hô Koji, por favor, no seáis tan bruto!” A lo que Hô Koji dijo: “¡Si en un estado así te llamas discípulo Zen, el viejo Emma (el juez al final de los tiempos) nunca te soltará!” Zen replicó: “Entonces ¿qué diríais vos?” Hô Koji le dio otra bofetada y dijo: “Tú ves con los ojos, pero estás como ciego; hablas con la boca, pero estás como mudo.” No ve los copos de nieve de verdad ni se entera de lo que es la bofetada. Sigue ciego. Tiene ojos y no ve. Cuántas veces en el Antiguo y en el Nuevo Testamento se lee: “Tenéis ojos y no veis. Estáis ciegos.”

En el caso 41 del *Shôyôroku* (Crónica de la Mente Serena), el abad Rakuho cita a su difunto maestro diciendo:

No hay nada delante de los ojos.

La mente está delante de los ojos.

Esto no es la cosa delante de los ojos.

No se puede alcanzar por medio de ojos y orejas.

No hay cosa. Si el discípulo Zen hubiera visto con los mismos ojos de Ho Kôji, hubiera descubierto la verdadera no cosa, vacía para los sentidos, y que a la vez tiene la forma de los “copos de nieve maravillosos”. En el quebrado de Yamada Roshi sólo veía el numerador del quebrado, copos de nieve, separados del numerador, vacío, nada que el ojo pueda ver. Cuando dice: “La mente está delante de los ojos”, sin borrar la percepción de lo que no es nada, está viendo con los ojos de Ho Kôji los “copos de nieve maravillosos”; ve la maravilla que no se puede ver con el mero ojo de la cara. En el caso 51 de la misma serie de koan se expone lo siguiente: “Hôgen preguntó a Kakujôsa: ‘¿Viniste en barco o por tierra?’ Y Kaku dijo: ‘Vine en barco.’ Hôgen entonces preguntó: ‘¿Dónde está el barco?’ A lo que Kaku contestó: ‘El barco está en el río.’ Cuando Kaku se hubo retirado, Hôgen preguntó a otro monje: ‘¿Ese monje que acaba de irse ¿tenía el ojo o no?’” Podía ser que estuviera realmente no viendo nada más que el numerador del quebrado o que realmente se enterara de la realidad con todo su calado y se hubiera vuelto completamente natural. Parece ser que esto último fue el caso-, pero para poderlo verificar habría que poder ver cara a cara, como Hôgen, a la persona de Kaku y cómo hablaba.

Puede ser que sea una persona ya completamente natural, que se ha olvidado de que ha descubierto eso y vive con toda naturalidad en esa Realidad; hable del barco, que es “maravilloso”, y habla del río, que es “maravilloso”, sin decir nada especial. Tiene el

Ojo, aunque externamente no se distingue de cualquier otra persona. Sin embargo, “el ladrón conoce al ladrón”, se suele decir; el que ha despertado lo reconoce, otro pasa de largo y no lo ve. Así muchos pasaron de largo viendo a Jesús en su tiempo sin ver y reconocer en él el Cristo o Ungido por el Espíritu, el Mesías; una persona a la vez “tan humana como sólo Dios lo puede ser”, como decía Piet Schoonenberg SJ, teólogo de la universidad de Nimega. Hoy día habrá muchos que lean u oigan el Evangelio, sin oír realmente. A veces el zazen lleva a ver y oírlo realmente. Pagola en su libro sobre Jesús, lo llama “Patrimonio de la Humanidad”, pero para eso hay que poderle ver con el Ojo, no sólo de la cara, ni sólo con el del entendimiento, sino más allá. Posiblemente hay muchas personas que no son cristianas y que ven más que muchos que se llaman cristianos y a los que Jesús seguiría diciendo: “Tenéis ojos y no veis; tenéis oídos y no oís.”

“Tengo el tesoro del Ojo del verdadero Dharma”, dijo el Buda a Mahakashyapa, como también lo dijo el Vigésimosexto Patriarca en un momento dado, lo cual quiere decir: “Yo veo; tengo ese tesoro y trato de que otros también lo descubran. No lo puedo transmitir, porque eso es imposible, pero ayudo a que otros también descubran ese tesoro del Ojo del verdadero Dharma, o sea, el Ojo que es capaz de ver la realidad, tal cual, sin corruptelas, sin velos, sin nada de por medio, tal cual”.

Carlos Gustavo Jung, psicólogo y psicoterapeuta de la primera mitad del siglo pasado, dice en la introducción a su libro *Psicología y Alquimia*, hablando de los que en su tiempo trataban de demostrar la existencia de Dios: “En una ceguera, se puede decir que trágica, muchos teólogos no se dan cuenta de que no se trata de la demostración de la existencia de la luz, sino del hecho de que existen ciegos que no saben que sus ojos podrían ver algo. (...) Habría que darse cuenta que de poco sirve alabar y predicar la luz, cuando nadie la puede ver. Lo que haría falta, por el contrario, sería enseñarle al hombre el arte de ver” Postulaba que “la tarea más importante de toda educación de adultos consiste en enseñar el arte de ver.”

La práctica del zazen bien orientada desarrolla el arte de ver y lleva a ver mejor y, en lugar de aislar del mundo, capacita para ver las necesidades, reflexionar sobre ellas y actuar. El abismamiento no es para quedarse allí. Yamada Roshi me decía: “Esto es una cosa inútil y no le sirve de nada a nadie.”

Pensar

“Dios se oculta al espíritu humano, pero se revela a su corazón,” se lee en el *Zohar*, el libro de la mística judía. Hay algo que se escapa de demostraciones conceptuales. Blaise Pascal lo expresaba de la siguiente manera: “El corazón tiene sus razones que la razón no puede entender”, refiriéndose con “corazón” al centro de la persona. Simone Weil decía: “Es un caso de verdadera contradicción: Dios existe, Dios no existe. Yo estoy completamente segura que existe Dios en el sentido de que estoy completamente segura de que mi amor no es ilusorio; y a la vez estoy completamente segura de que Dios no existe, en el sentido de que estoy segura que nada real se parece a lo que yo entiendo cuando pronuncio ese nombre. Pero eso, que no entiendo, no es una ilusión, es una realidad.”

La humanidad en sus sabios y santos siempre se ha dado cuenta de que hay una realidad que no se entiende con el entendimiento y que además es la realidad más fundamental. Hay un texto de un filósofo emérito de Tokio, Kôshirô Tamaki, que escribió en 1980 para el catálogo de una exposición de arte japonés en Munich. En él decía lo siguiente: "En el hombre se dan en principio dos modos de pensar. Por una parte está el ‘pensar objetivo’ y por otra el ‘pensar totalmente personal’.” A continuación caracteriza el

pensar objetivo por la separación entre sujeto y objeto, y señala que es la forma de pensar más corriente, desde la vida cotidiana hasta la filosofía, especialmente en las ciencias. Es el modo de pensar que configura preponderantemente la mentalidad del hombre moderno. Es un pensar limitado, cuyo horizonte se puede ampliar constantemente, pero siempre sigue siendo un horizonte limitado.

El "pensar totalmente personal" involucra a la persona en su totalidad, no sólo su razón. Pero además, y esto es lo más importante, hace saltar la limitación humana.

"¿Cómo se consigue esto?" se pregunta. "Se cuenta lo siguiente del momento en que Gotama despertó y se convirtió en Buda (Despierto): estando en meditación, al ver Dharma ante sus ojos, desapareció toda duda, como si hubiera salido el sol en el firmamento. (...) El Dharma de que se habla aquí, fundamentalmente no tiene forma, es vida pura, es el poder trascendente y la luz. Cuando la persona que medita cae en la cuenta de esta vida pura y se sumerge en ella con toda su persona y se unifica con ella enteramente, entonces el yo limitado se convierte en yo abierto. A partir de entonces es posible el pensar totalmente personal."

Tamaki explica a continuación que este modo de pensar no es propiedad exclusiva de la filosofía de la India y del Budismo. Pone los ejemplos de Heráclito, Empédocles y Sócrates. Se detiene más largamente en Jesucristo y en San Pablo. Menciona a Chuang Tzu hablando de China.

Resumiendo dice: "El pensar totalmente personal y el pensar objetivo han existido tanto en Oriente como en Occidente como un bien común importante. Sin embargo, el pensar totalmente personal no se ha consolidado en Occidente. Sólo en el yoga de la filosofía hindú y en el zen del budismo ha llegado a cuajar. También siendo personas normales podemos seguir este camino y tocar en algún momento el mundo trascendente absoluto.(...) A partir de ahora el camino hacia ello ha de resurgir de nuevo como camino común."

La práctica del zen sin duda desarrolla esta posibilidad inherente al ser humano.

Recordando de nuevo al Sexto Patriarca, cuando en el *Sutra del Estrado* habla de la libertad de mente, no se trata nunca de aniquilar ni la vista, ni el oído, ni tampoco el pensamiento. El zen no tiene nada que ver con desprecio del pensar. El zen tiene que ver con ampliar ese pensar, que no se reduzca al pensar racional, donde hay sujeto y objeto, sino que abarque la persona entera: con su espíritu, con su cuerpo, con su psique; que sea un "pensar totalmente personal", y eso, dicho de otra manera, es lo que el Sexto Patriarca llama "libertad de pensamiento". A la pregunta "¿Qué es libertad de pensamiento?" se responde él mismo: "Abismarse en la sabiduría". Entonces el corazón no queda atrapado en una manera determinada de enfocar las cosas, condicionada por prejuicios, siendo uno de los grandes prejuicios pensar que lo que se entiende en un determinado lugar, país, continente de la Tierra es saberlo ya todo. Libertad de pensamiento es libertad de prejuicios, lo cual conlleva dejar de hacer un absoluto de una manera concreta de pensar; con lo cual se crea una gran apertura interior. Cuando alguien se da cuenta que su pensamiento no es el único posible al haber experimentado una anchura inabarcable, entonces está abierto a otras formas de pensar.

Esto incluye la forma de vivir la fe cristiana. La forma europea no es la única; y la forma de vivirla los cristianos católico-romanos tampoco es la única, pues también están las iglesias ortodoxas del Este, las anglicanas etc. La misma fe católico-romana no se vive ni siquiera en todas partes de Europa como en España. Si alguien piensa "yo sé quién es Dios", puede estar seguro de que no es Dios. Como dice José M^a Cabodevilla en su libro *La jirafa tiene ideas muy elevadas*, citado libremente: "Es mucho más verdad decir que Dios no tiene cuernos, que decir que es la Suma Verdad, porque en

cuanto se dice “Suma Verdad”, ya se imagina algo a la medida humana; pero el hecho de que no tiene cuernos es seguro.”

Libertad de pensamiento es entender las cosas, sin que nuestro corazón quede atrapado por una determinada manera de pensar, o por los pensamientos que uno se ha ido forjando a través de experiencias anteriores. Libertad de pensamiento es funcionar penetrando todas las cosas, entrando en todas las cosas, sin quedar adherido a ninguna parte.

Naturalmente, el ser humano para poderse mover en el mundo, ha de partir de lo que ha entendido limitadamente y establecer hipótesis de trabajo, como hace, por ejemplo, en las ciencias naturales, y cuando descubre que la hipótesis se queda corta, establece otra nueva.

“Purificar lo profundo del corazón de manera que las seis conciencias”, decía el Sexto Patriarca, “atravesen las seis puertas hacia los seis campos de objetos”, formas y colores, sonidos, gustos, tactos, olores e ideas, conceptos o imágenes, “sin que se corrompan, yendo y viniendo libremente, comprendiendo y funcionando sin trabas: eso es sabiduría, eso es libertad, y eso es liberación.” Se trata de que el corazón esté limpio de velos que deterioran la percepción de las cosas y la manera de pensar sobre ellas, de modo que pueda ir “comprendiendo y funcionando sin trabas: eso es sabiduría”. Es todo lo contrario de empecinamiento y obcecación; despierta las ganas de comprender, lleva a escuchar.

El zen no tiene que ver con no pensar, sino con libertad de pensamiento, “porque no pensar nada en absoluto”, dice en otro momento el Sexto Patriarca, “llegando a parar los pensamientos del todo, eso es una atadura dogmática.” Implica establecer de nuevo algo incontestable, en este caso: no hay que pensar nada. Pero esto no es apertura, no es libertad. “Se considera, por lo tanto”, sigue diciendo, “un punto de vista muy erróneo.” Una vez alguien fue a ver Dürckheim y le dijo: “Por favor, oriénteme en el camino, pero se lo pido con la condición de que no me hable de Dios.” Dürckheim respondió: “De acuerdo, no le voy a hablar de Dios, pero yo voy a poner otra condición: que usted sea fiel a su corazón, le lleve a donde le lleve, y aunque le llevara a Dios. Si está abierto y no parte de un dogmatismo, le ayudaré, de lo contrario no le puedo ayudar.”

Los prejuicios, de la índole que sean, a lo mejor no se deshacen en el primer momento, pero si se practica zen, hay que estar dispuestos a que se vengán abajo todos los esquemas. En la vida de los grandes místicos ha habido siempre un momento en que se ha caído absolutamente todo. Es entonces cuando se conecta, más allá de las ideas, con la Realidad. Entonces se vuelve a hablar, pero con cuidado, y sabiendo que las palabras nunca agotan la Realidad que se ha percibido, en una experiencia que ha quedado limitado a su vez por la capacidad limitada de retención de la memoria.

“Una vez el gran maestro Yakusan estuvo sentado en zazen, y se le acercó un monje a preguntarle: “¿Qué piensas cuando estás totalmente inmóvil?” Yakusan contestó: “Estoy pensando lo impensable.” El monje preguntó: “¿Cómo se puede pensar lo impensable?” El maestro contestó: “Está más allá del pensar.” Esto lo refiere Dôgen Zenji en su *Zazenshin*, una de sus introducciones al zazen, y hace el siguiente comentario: “Para enterarnos de verdad de lo que está hablando Yakusan, tenemos que experimentar por nosotros mismos este sentarse inmóvil e indagar lo que hay ahí, lo inmóvil.” No es un “indagar” en el sentido de ponerse a pensar y sacar conclusiones, sino un indagar comparable a meterse en un bosque, ir andando y mirando y percibiendo. Para enterarse de verdad de lo que está hablando Yakusan, cuando dice “pensar lo impensable”, de lo que “está más allá del pensar”, uno mismo ha de sentarse inmóvil e indagarlo. Este sentarse inmóvil ha de haberse transmitido de una forma auténtica. No sería enseñanza correcta la que emula a no tener pensamientos y dejar la

mente en blanco. Esto puede llevar a la locura. Yakusan, en cambio, habla de una forma de pensar que es “pensar lo impensable. (...) Sus palabras son la piel, la carne, los huesos y la médula del pensar, así como la piel, la carne, los huesos y la médula del no-pensar.” El monje entonces preguntó: “¿Y cómo se puede pensar lo impensable?” Dôgen Zenji contesta: “En realidad, pensar lo impensable es algo muy antiguo que existe de siempre.” ¿Cómo se puede pensar lo impensable estando en inmovilidad? ¿Por qué algunos se enteran, entienden ese ámbito de lo inmóvil y otros no? “Si la gente de nuestro tiempo, superficial”, sigue diciendo Dôgen, “no fuera tan limitada, probablemente tendría la capacidad de plantearse ese estar sentado inmóvil.” Yakusan, al que Dôgen alude, había contestado a la pregunta “¿cómo se puede pensar lo impensable?”, que eso está más allá del pensar, y Dôgen comenta: “Esa expresión es muy clara: cuando pensamos lo impensable, siempre tenemos que recurrir al no-pensar.” Con otras palabras, si se quiere practicar zazen e ir más allá de lo que se puede pensar discurrendo y entender con el entendimiento, lo que hay que hacer es no ponerse a discurrir, recordar o proyectar. “Hay algo, o alguien, en ese no-pensar, y ese algo o alguien nos sostiene.” En el no-pensar se manifiesta lo inmóvil.

Keizan Zenji, el cuarto patriarca zen de Japón, dice en su *Zazen Yôjinki*, “Manual de advertencias a tener en cuenta en el zazen”: “Si lo quieres pensar, desecha tus pensamientos (...) y en todo lo que hagas, no hagas nada.” Zazen es JO, abismarse, asentarse en el fondo, pero no para quedarse ahí, porque eso es “como una grulla que se posa en la alto de un pino seco; una vergüenza vista desde el suelo” (*Shôyôroku* 28) y no sirve para nada. Keizan empieza diciendo en su manual: “Zazen le permite al hombre despertar a su fuerza espiritual y morar en el ámbito del origen. Se le llama a esto manifestar el rostro original o también, dejar que brille la luz original.” Una luz que ha de brillar para los demás. Como dice el Evangelio: “Una lámpara no es para ponerla debajo del celemín sino para ponerla sobre el candelero, para que alumbré a todos los que están en la casa” (Mt 5,15). La luz original sacada de su escondrijo transforma la manera de pensar. Practicar zazen correctamente lleva a pensar mejor. En la medida en que la luz va impregnando a la persona entera, surge un pensar radicalmente libre. Durante el zazen eso significa pensar lo impensable, trascender, ir más allá, no más acá. Este trascender del pensar discursivo puede llevar en algún momento a caer en la cuenta de algo mucho más profundo de que lo que nunca se podría haber decubierto discurrendo. Zazen no es menos que pensar, es ir más allá; no es aniquilar el pensamiento, sino iluminar a la persona, mejorando su capacidad de pensar al liberarla de sus ataduras egocéntricas.

El segundo de los cuatro votos de bodhisatva es: “Los pensamientos y sentimientos ilusorios son innumerables, es mi anhelo y compromiso liberarme de todos.” Se trata de quedar libre de las ataduras de cualquier pensamiento y estar libre para pensar mejor.

Actuar

No hay dos mundos; uno, de las cosas e ideas, y otro, en donde no hay ni una cosa, no hay nada (“non nata” en latín, “no res” en catalán, “no thing” en inglés). Quedarse en el mundo de “no cosas”, como en un mundo separado del de las miles de cosas, personas y situaciones diferentes, es una forma de dualismo. Algunos, confundidos, identifican dualismo con negación de la dualidad y diversidad. Yamada Kôun Roshi decía comentando el *Hôkyôzammai*: “Unidad y dualidad simultáneas son la verdadera manifestación de todas las cosas del universo” (mimeo, p.15). La Realidad es en su raíz, en su ser-como-es-en-sí-misma, en su talidad, *vacío*, misterio, y a la vez diversidad. Un

antiguo dicho zen reza SHIN-KU MYO-U, el verdadero *vacío* es la maravillosa diversidad de cuanto existe.

Esa es la base del zen y de otras ramas y espiritualidades que han surgido en el budismo: descubrir que el mundo de no-cosa y el mundo de las cosas son un solo mundo, como la palma y el dorso de la mano son una sola mano.

Cuando se separan, viendo sólo el mundo de las cosas y diferencias, no viendo el mundo de no-cosa, de la igualdad, surge enseguida una tendencia al enfrentamiento, a la explotación y al dominio. Ahí se está ciego para lo esencial, lo cual tiene claras consecuencias destructivas a nivel de convivencia. Pero también es destructivo ver solamente el mundo de la igualdad y estar ciego para las diferencias. Ahí no se respeta, pues no hay nada que respetar; tampoco se ve la diferencia entre uno que tiene hambre y otro que tiene necesidad de casa o vestido, o entre el holocausto y un desastre natural. Ambas son construcciones falsas, maneras ilusorias de ver la realidad. Lo que importa es ver la unidad en la diversidad y la diversidad en la unidad; ir al fondo y obrar desde una libertad radical; descubrir el centro de la persona y vivir desde allí. “Eso lleva a una praxis liberadora desde las profundidades de lo divino,” con palabras de Raimon Panikkar. Entonces surge una manera de pensar y de actuar libres, sin que el miedo u otras pasiones paralicen.

Pilato, por ejemplo, no era una persona perversa, pero por el miedo de perder el prestigio ante el pueblo y de perder la amistad del César, no actúa de acuerdo con lo que ve. Él ha comprendido, como dicen claramente las Escrituras, que el hombre que le presentan las autoridades judías no es un malhechor. Sin embargo, por miedo e intereses personales lo condena. La práctica del zen puede liberar a cada uno del “Pilato” en el propio corazón.

En su libro *Ecosofía*, bajo el encabezamiento de “*novenario de la transformación*”, Panikkar enumera como primero de los nueve puntos el empezar por la transformación de uno mismo. Se cuenta el caso de una mujer que fue a hablar con Gandhi preocupada porque su hija era muy golosa y comía constantemente caramelos; le pidió a Gandhi que hablara con ella, para que dejara de hacerlo. Sin embargo, Gandhi no la atendió hasta pasado un tiempo, pues él también comía muchos caramelos y hasta que no lo hubo superado él mismo no se vio capaz de hablar con la niña. Una acción verdaderamente liberadora nace de una persona en la medida en que ella misma ha llegado a ser más libre. No es a base de gritos cargados de rabia y odio, sino de vencerse a sí mismo/a.

Recuerdo a una persona que sentía el deber de decir abiertamente algo, que iba contracorriente de lo que se estaba planteando en el grupo. Le costó decirlo, el corazón le latía en la garganta, pero resultó ser algo importante. Cuando Juan XXIII anunció el Concilio, no lo hizo como uno que está muy seguro de sí mismo. Sólo estaba seguro de que debía hacerlo. En algún momento, cuando alguien le dijo: “Que el Espíritu Santo le asista”, él replicó: “Es al revés. Es el Espíritu Santo que ha convocado el Concilio, y yo le tengo que asistir.” Actuando así, uno se hace vulnerable, necesita tener valor.

Una acción verdaderamente humana surge del silencio, del recogimiento. No quema a la persona, aunque se exponga mucho; como puede quemar una acción reivindicativa hecha con odio y a base de rebajar a los demás. La acción que surge de la contemplación ayuda a insertar nuestro esfuerzo en la verdadera y real profundidad de la acción divina, que en el silencio impulsa la Historia, como decía Fernando Urbina. En la medida en que alguien practica correctamente *zazen*, descubre que no es el centro del mundo, sino que “en Él somos, vivimos y existimos.” El centro y el que mueve la historia, aunque parezca todo lo contrario, es Otro. Un camino como el zen, hecho en serio, lleva a desplazar el centro de uno mismo a Él. Entonces, como decía Santa Teresa, “de allí (del matrimonio espiritual) nacen obras, siempre obras” (*Las Moradas*:

Moradas Séptimas), añadiendo “os parecerá que hablo para principiantes,” pero es todo lo contrario. Para el Maestro Eckhart es más madura la fe de Marta que la de María. Aunque esta última se sienta a los pies de Jesús, hoy Cristo en nosotros, y lo escucha, que es lo fundamental, Marta, desde allí, da un paso más allá, a las obras.

El Sexto Patriarca habla de cómo una persona, que realmente se asienta en la luz interior y que se va iluminando dejando que brille la luz, rezuma un quíntuple perfume, siendo el tercero de ellos que “el propio espíritu ya es libre de los obstáculos”; ya no hay velos que lo oculten ni ataduras que lo aten, “es libre, y percibe constantemente, por medio de la sabiduría, su propia naturaleza esencial, lo cual le lleva a no hacer ningún mal y a hacer todo bien, sin adherirse a él”. Actúa no actuando, como si lo hiciera otro. Esta experiencia real, que la práctica del zen hace posible, lleva a decir a: “No sé de dónde me ha salido decir eso” o “cómo he podido actuar así, con tanto acierto.”

“Eso significa”, sigue diciendo el Sexto Patriarca, “ser respetuoso con los superiores, benévolo con los inferiores, y compasivo con los desheredados y pobres de la Tierra.” ¿Qué significa hoy en día ser compasivo con los desheredados y pobres de la Tierra? En el siglo VII a VIII, no se habían descubierto todavía las leyes que estudia la sociología, según las cuales funcionan las sociedades; ni se tenía conciencia de estructuras de mal. La compasión se concebía, como también en Occidente hasta hace relativamente poco, como una ayuda de persona a persona. No se había descubierto todavía que la verdadera compasión con los desheredados y pobres implica también una transformación de las estructuras opresoras. El mundo en que vivimos es un mundo injusto. La mayor parte de la humanidad vive careciendo de lo más necesario. ¿Qué formas va a tomar hoy la compasión con los desheredados y pobres, que surge como un perfume natural y espontáneo de una persona iluminada?

El Sexto Patriarca deja bien claro que no hay que quedarse en el mundo del vacío, y que necesariamente la verdadera iluminación desprende el “quinto perfume” de la benevolencia con los demás. “Cuando nuestro espíritu ya no se apega a nada”, dice el Sexto Patriarca, “ni al bien ni al mal (expresión que se refiere al mundo de las cosas, de los opuestos en general), hemos de vigilar que no nos quedemos atrapados en ese vacío, en ese no cosa, cayendo en un estado de inercia. Al llegar a ese punto lo que hace falta es continuar indagando en lo profundo y llegar a ser benévolos con los demás.”

La acción que surge del centro en la tradición taoísta se llama WU WEI, en japonés MU-I, literalmente “no-acción”, pero a veces también se dice WEI WU WEI, o I-MU-I, una acción de no-acción. ¿Y qué se quiere decir eso? Se entiende completamente mal, cuando se deduce que el sabio del zen se aísla y ya no se ocupa del mundanal ruido. A lo que realmente se refiere WU WEI, es a una acción que surge de forma natural de la verdadera naturaleza humana; es una acción no calculada y produce armonía. Pero eso hay que entenderlo muy bien, porque “armonía” se puede entender también como “armonía por encima de todo”; sin embargo, no es esa la verdadera armonía. La verdadera armonía existe donde hay justicia y paz, donde no campean los elementos venenosos. WU WEI también se traduce como “acción sin esfuerzo”. Es una acción que no tiene que abrirse paso entre las trabas que pone el yo limitado. Surge de la claridad.

Yôka Daishi escribe, desde su propia experiencia de despertar: “Andar es zen, sentarse es zen, hablar o callar, estar activo o quieto, la esencia está en paz” (*Shôdôka* versos 111-112). No habla de una paz pasajera que surge en momentos de concentración, sino de una paz debida a que “el fundamento de la acción está en el mundo esencial que no se mueve nunca,” como dice Yamada Roshi en su teisho sobre los versos en cuestión. De una paz que aparece al “llevar a cabo las múltiples acciones en el mundo fenoménico, morando en el mundo de silencio perfecto” (Yamada Roshi, teishos sobre el *Shôdôka*, mimeo, p. 88). Es una paz que no se debe a JO-RIKI, a la fortaleza que surge

del asentar o abismarse, sino a SHINJIN DATSURAKU, “cuerpo y mente desaparecidos”, al mundo donde no hay cosa.

Es conocida la historia de Herrigel que quiso ejercer en Japón el tiro al arco. Tenía que dejar que la flecha fuera a la diana sin dispararla ni apuntar. Aunque al principio le pareció algo completamente abstruso, así ocurrió al cabo de años de ensayo. De eso se trata. WU WEI se compara muchas veces con el agua; es una acción blanda, pero con mucha fuerza, como el agua, el elemento más blando que existe, mucho más blando que madera, que una estera de esparto, que las hierbas, que las flores, que las hojas, que cualquier otra cosa en el mundo. Y sin embargo, una gota que cae constantemente en el mismo sitio es capaz de horadar una piedra. Así es WU WEI; no aparece con aires de “aquí estoy yo”, “eso digo yo”, “yo lo sé”, “eso impongo”. Es todo lo contrario, es acción no violenta, ahí radica su fuerza.

Cuando el niño Angelo Roncalli, de una familia sin medios para dejar estudiar a uno de sus hijos, quiere ser “un pobre cura de pueblo”, su tío le pregunta: “¿Por qué quieres ser cura?” El niño contesta: “No lo sé... Es como si alguien me hubiera llamado y yo he dicho que sí.” Entonces el tío dice a los padres: “Pues yo me encargo del niño.” Angelo no está emperrado en que quiere serlo: ha visto que es imposible para la familia, y sólo está triste. Esto recuerda lo que Panikkar dice en el quinto punto de su *novenario de transformación*: “Mi acción debe ser fruto de tal pureza de corazón que no esté motivada por ningún fin extrínseco -ni bueno ni malo-, por ninguna ambición de resultados; se hace porque se hace. Sé que lo tengo que hacer, aunque no sepa porqué. Se hace porque no se puede hacer otra cosa; se hace porque uno siente que para él no hay otra solución. Libertad es precisamente la eliminación de las demás posibilidades. Cuando se hace aquello que uno siente el deber de hacer, el acto es verdaderamente humano y libre. Yo actúo desde un lugar que ni comprendo, y no sé qué consecuencias va a tener, pero lo hago. Lo hago, porque nada lo impide ahora: ningún miedo, ningunas ganas de nada, ningún riesgo que me pueda atemorizar; lo hago porque hay que hacerlo.” Eso es fundamental, y todo empieza en la liberación y transformación interior. Zazen ayuda a actuar mejor; a actuar desde el centro.

Un ejemplo comunitario es F.A.S., una asociación zen de laicos, surgida en el siglo XX en Japón, cuyo origen se debe a Hisamatsu, de la Escuela de Filósofos de Kyoto. Las iniciales de F.A.S. significan lo siguiente:

“Formless” (sin forma),

“All” (todo)

“Suprahistorically” (suprahistóricamente)

En su conjunto significa: “El yo-mismo sin forma de toda la Humanidad haciendo historia suprahistóricamente.” Se pretende intervenir en la historia desde una instancia que trasciende, sin quedarse al margen. En su voto lo expresan diciendo:

“Manteniéndonos serenos y enteros, despertemos a nuestro verdadero yo mismo, llegando a ser humanos plenamente compasivos, haciendo pleno uso de nuestros talentos, de acuerdo a nuestras respectivas vocaciones de vida, discerniendo la agonía, tanto individual como social, en su fuente, reconociendo la dirección correcta por la que debería avanzar la Historia, juntando las manos sin hacer diferencias entre razas, naciones o clases. Hagamos voto, con compasión, para llevar a cabo el anhelo más profundo de la Humanidad de auto-emancipación y para construir un mundo veraz y feliz.”

El zazen y la contemplación teresiana, para poner un ejemplo del ámbito cristiano, son un “reculer pour mieux sauter”, un echarse para atrás, para luego saltar mejor; para luego poder abordar las situaciones con lucidez y libertad interior.

El quintuple perfume

Una persona que ha ido madurando en este camino, va desprendiendo un determinado “perfume”, según el Sexto Patriarca. Ciertamente en el camino a ello se producen pequeños “sarampiones”. Un romance castellano habla de que “flojean los sentidos”; es como si al no hacerles mucho caso durante el zazen, se resintieran temporalmente y se volvieran remolones. Son enfermedades de infancia normales que hay que detectar y superar.

Los cinco perfumes de que habla el Sexto Patriarca, enumerados en su con junto son los siguientes:

“En primer lugar está el incienso, o perfume, de las **reglas de la disciplina**, lo que significa que nuestra naturaleza no está encadenada por malas acciones, como la maldad, la envidia, los celos, la avaricia, la cólera o el odio.” Eso implica, por ejemplo, la disciplina de sentarse regularmente, independientemente de si apetece o no en un determinado día.

“El segundo es el incienso, o perfume, de la **concentración** (JO), que consiste en que nuestro espíritu se mantiene sereno en todas las circunstancias, ya sean favorables o desfavorables.” Se habla de JO-RIKI, de la fuerza que produce el JO, el asentarse, y que se manifiesta en forma de serenidad y capacidad de superar las perturbaciones de la mente.

El tercero es el incienso, o perfume, de la **sabiduría**, lo que significa que nuestro espíritu se ha liberado de todos los obstáculos y que, constantemente y de forma sabia, nos damos cuenta de nuestra naturaleza propia; que nos abstenemos de todo tipo de malas acciones, a la vez que llevamos a cabo muchas buenas acciones, no permitiendo que nuestro espíritu se apegue a sus frutos; que somos respetuosos con nuestros superiores, bondadosos con nuestros inferiores y compasivos con los desheredados y los pobres.” Por una parte hay una tarea activa, la de procurar comportarse de dicha manera, lo cual sería el “incienso” que purifica, y por otra parte está el “perfume” que la persona desprende de forma natural, un comportamiento que surge de la iluminación, sin esfuerzo.

“El cuarto incienso, o perfume, es el de la **liberación**, es decir, nuestro espíritu se encuentra en un estado de libertad total, no se apega a nada y no se preocupa de bien y mal.” Ahí la persona cae en la cuenta de aquello, que no es nada para los sentidos, que es vacío para ellos, donde no hay ninguna clase de limitaciones, donde no hay dos ni tres ni diversidad alguna; la igualdad absoluta. “Bien y mal” es una expresión que sirve para designar cualquier tipo de opuestos, que en este momento se pierden de vista. Sin embargo, quedarse ahí supondría caer en un vacío falso. En el capítulo quinto del *Sutra del Estrado* dice: “La concentración para nosotros no significa inactividad.” Por eso, el Sexto Patriarca habla a continuación de la necesidad de continuar para evitar caer en un estado de quietismo o de inercia. Hay que adentrarse más y más en el conocimiento vivo, por experiencia, de la verdadera naturaleza, y ser útiles a los demás. Entonces es cuando se puede hablar con propiedad de iluminación.

“El quinto incienso, o perfume, es el del **conocimiento obtenido gracias a la liberación**. Cuando nuestro espíritu ya no se apega a bien y mal, hemos de vigilar que no se quede en el vacío o en un estado de inercia. Llegados a este punto, lo que conviene hacer es continuar formándose, ampliar nuestro conocimiento para conocer nuestra naturaleza propia, captar a fondo las enseñanzas de Buda, ser bondadosos en nuestras relaciones con los demás, liberarnos de la idea de un *yo* y un *tú*, y que ahí hasta el momento de alcanzar la iluminación, ya hayamos comprendido que la verdadera

naturaleza, la talidad pura, permanece siempre inmutable. Este es el incienso del conocimiento obtenido como consecuencia de la liberación alcanzada.”

Termina diciendo: “Querido auditorio, el perfume de este quintuple incienso nos viene de dentro y no debemos buscarlo en el exterior.”

Cualquier persona que practique zen con seriedad va dándose cuenta de lo que en ella misma no está todavía en consonancia con su verdadera naturaleza. De ahí surge el arrepentimiento (el Sexto Patriarca lo dice en chino: CH’AN-HUEI, Dôgen en japonés: SAN-GE; cf A.SCHLÜTER, *Guía del caminante*, 98-105), unas veces con forma, por faltas concretas, otras sin forma, o arrepentimiento no objetivo, como una añoranza, una pena por andarse por las ramas. Lo acompaña el anhelo de vivir arraigados en la naturaleza propia, expresado en los cuatro votos.

Los dos primeros votos expresan la decisión de retirar los velos que surgen del corazón y los dos últimos la de anclarse en la naturaleza propia.

El Sexto Patriarca los formula de la siguiente manera:

Los seres en mi propio corazón (SHIN) son innumerables; hago voto de salvarlos a todos.

Los pensamientos y sentimientos ilusorios que surgen en mi corazón (SHIN) son ilimitados; hago voto de liberarme de todos.

Las puertas del Dharma (enseñanza) en mi naturaleza propia (JI SHO) son incontables; hago voto de aprenderlas todas.

La budeidad (el estado de despierto) en mi naturaleza propia (JI SHO) es insuperable; hago voto de alcanzarla.”

Cada vez que se recitan es como decir: “Quiero ir a lo esencial; quiero vivir arraigado/a en mi verdadera naturaleza; no quiero vivir por las ramas”. La forma del Sexto Patriarca es algo más extensa que la que se usa corrientemente. Así en los dos primeros versos añade “en mi propio corazón”. Al hablar aquí de “corazón” no se refiere al centro del corazón, sino al corazón de donde surgen seres o personajes que no son el verdadero yo-mismo sino formas deformadas. Cada tipo de persona tiene sus fuertes y sus fallos específicos que aparecen cuando está descentrada. Refugiándose en la verdadera naturaleza, esos personajes desaparecen como tales personajes, y la “rana” recobra su verdadero aspecto de príncipe.

“Los pensamientos y sentimientos ilusorios que surgen de mi corazón” están muy relacionados con lo anterior, y se hace el propósito de no dejarse atrapar por ellos.

“Hago voto de liberarme de ellos” no significa reprimir o suprimirlos sino quedar libre en medio de todos los que puedan aparecer en el silencio.

En los versos tercero y cuarto el Sexto Patriarca añade “en mi naturaleza propia”. Aquí se refiere al centro del corazón, al “rey” que vive en el ámbito del corazón, que es la naturaleza propia. “Las puertas del Dharma en mi naturaleza propia son incontables, hago voto de aprehenderlas todas” expresa que en todo momento, situación y cualquier lugar, es posible caer en la cuenta y enterarse de la realidad tal cual realmente es, cortando lechuga, barriendo, barnizando, cosiendo, envolviendo paquetes de incienso etc., no sólo durante el sesshin sino también en la vida cotidiana. Para ello hay que empezar por estar en lo que se está, hacer lo que se hace. Ahí nunca hay premura de tiempo. Jôshû les decía a sus monjes: “Vosotros sois esclavos del tiempo; yo soy señor del tiempo.” Vivía la libertad de tiempo.

El último verso, “el estado de buda (de despierto) en mi naturaleza propia es insuperable; hago voto de alcanzarlo” expresa la decisión de no andarse por las ramas, perdiéndose en cosas pasajeras; manifiesta la decisión de vivir recogido/a en la naturaleza propia, hacer que el “rey” gobierne en la casa. San Juan de la Cruz habla de que “Dios en todas las almas mora secreto y encubierto en la sustancia de ellas (...) pero

hay mucha diferencia en este morar (...) En unas mora como en su casa, mandándolo y rigiéndolo todo, y en otros mora como extraño en casa ajena” (Llama de amor viva IV,14).

El arrepentimiento no objetivo, no sólo consiste en una pena de andarse por las ramas, sino en la decisión de dar la vuelta y, en lugar de dejarse coger por los personajes y los pensamientos y sentimientos ilusorios, anclarse en la naturaleza propia.

Anclarse en la naturaleza propia es refugiarse en el triple guía interior, sin forma. Es refugiarse en el maestro interior. A lo largo del *Sutra del Estrado* el Sexto Patriarca recalca repetidas veces la necesidad de refugiarse en el buda que hay en nosotros mismos, y no en otros budas. Si no tomamos refugio en el buda en el propio corazón, no hay nada en qué apoyarse. Hay un maestro interior en el propio corazón que entiende de manera espontánea. Dicho de otra manera por Thomas Cleary: “La gente en principio lleva el conocimiento de la iluminación y la sabiduría dentro de sí misma, pero no lo puede actualizar debido a su mente condicionada errante; es por eso por lo que necesitan un maestro que les oriente y les lleve a la percepción de la naturaleza esencial.”

“Todas las escrituras están en la esencia del ser humano, el cual desde siempre está provisto de ellas,” dice U. Jarand. “Quien no puede llegar por sí mismo a la iluminación, ha de buscar un maestro, bajo cuya dirección por primera vez cae en la cuenta. Quien llega a la iluminación por sí mismo, no necesita buscar fuera. Por esto, si se busca un maestro esperando encontrar la liberación a través de él (sólo por la fuerza de él), se descubrirá que es imposible. ¿Por qué pasa esto? Porque el maestro está en el propio corazón y uno se ilumina por sí mismo. Sin embargo, si hay engaño ilusorio, pensamientos equivocados y puntos de vista falsos, uno no consigue la liberación ni aunque fuera de él existan las enseñanzas de un gran maestro.”

El maestro principal está en lo profundo del corazón, y el guía externo, que tiene su importancia, está para ayudar a serle fiel al guía interior, a serle fiel al propio corazón, sin engañarse. Si el discípulo no trata de seguir al maestro interior, el guía externo no puede hacer nada.

Después de exponer los cuatro votos, como consecuencia de lo allí manifestado, el Sexto Patriarca habla del triple refugio sin forma, el refugio en los “tres tesoros” de la naturaleza propia: “Me refugio en Buda, me refugio en Dharma, me refugio en Sangha”. Para el Sexto Patriarca Buda es despertar, luz; Dharma es la verdad; Sangha es la pureza. Es decir: me refugio en mi interior más íntimo, en algo que no es un objeto. El Salmo 15 reza, en otro contexto cultural y religioso, de forma equivalente: “Protégeme, Dios mío, me refugio en ti (...) Me enseñarás el sendero de la vida.” Es refugiarse en el Espíritu Santo, en el maestro que no está en un cuadro, que no está en una teoría, que está en el propio corazón. Lo expresa de forma especial el icono de la *Virgen del Signo*. “Hay algo en mí, y no sé lo qué es, pero sé que es,” decía un filósofo griego citado por el Maestro Eckhart. “Me doy cuenta que si lo pudiera saber, sabría toda la sabiduría del mundo, y sería toda la bondad del mundo.” Quien lo ha experimentado en su vida, no lo olvida, aunque a lo mejor se haya quedado escondido algún tiempo debajo de muchas otras cosas, pero haciendo zazen, suele volver a aflorar ese no sé qué, que llena de paz y alegría íntima. Ahí está el “triple tesoro” de que habla el Sexto Patriarca.

Cuando Gunabhadra llegó a China desde la India, algo antes que el Bodhidharma, según un escrito encontrado en las cuevas de Dunhuang a principios del siglo XX, sentía mucha pena por los chinos porque buscaban por caminos exteriores, entre ellos magia, adivinanzas y cosas parecidas. “Decididamente escojo como maestro el “triple tesoro”, de ninguna manera un camino exterior,” emula el Sexto Patriarca.

Es ahí donde se aprende a ver mejor, pensar mejor y actuar mejor.