

Distracciones Innecesarias

Por Chuan Zhi Shakya, OHY

25 de julio del 2002

czs@hsuyun.org

Traducido al Español por Fernando Valencia (Zheng Chún)

Las distracciones ofrecen a menudo el más grande obstáculo a la meditación. Quizá porque como grupo, los practicantes de Budismo Zen tenemos un curso de orientación que nos inclina hacia la ciencia, las distracciones que más nos afectan son esas teorías nuevas y fascinantes que conectan a la religión con la ella, en particular, lo referente a la Creación. ¡Comparado con calcular la edad del universo, contar respiraciones de uno a diez y empezar de nuevo puede entonces carecer de cierto encanto!

Recientemente, el Periódico Espacial publicó una noticia sobre un grupo de cosmólogos en Inglaterra que proclamaron (isuspiro de asombro!) que la edad del universo no es de 13 mil millones de años como habíamos pensado, sino más bien de 14 mil millones. El largo y atractivo artículo busca convencer al lector de que esto es, en efecto, algo de la mayor importancia... algo que necesita ser tenido en cuenta y valorado.

Así que reflexionamos... 14 mil millones años y no 13 mil millones años como habíamos pensado. Ésa es una diferencia considerable, de 13 a 14. La inmensidad de los números nos esquiva. Es como si alguien nos presentara una relación del tiempo y los costos involucrados en hacer un paseo planeado desde Anchorage, Alaska hasta San Diego, California, y que de pronto se detenga para corregir el destino, diciendo, "No... estoy totalmente equivocado. Realmente es Chula Vista, California, unas millas al sur de San Diego", con seguridad lo encontraríamos un tanto absurdo.

Hay una practicidad involucrada, una que podemos relacionar con nuestras propias vidas, un sentido de juicio y discriminación acerca de lo significativo y lo insignificante, una comparación proporcionada. Cuando no podemos hacer tal juicio comparativo, los números vuelan en la estratosfera de la imaginación.

Terminamos atrapados en la red samsárica de la fenomenología. En lugar de sacudirnos de estos temas tan atractivos, dejándolos para



preocupación de los cosmólogos, algunos de nosotros empezamos a preguntarnos... *Oh, 14 mil millones años ... todos esos protones, electrones, positrones, gluones y bosones del vector intermedio y todos esos pi-mesones en mi cuerpo tienen 14 mil millones de años de viejos, no 13 mil millones como yo había pensado incluso ayer mismo. ¿Qué están tratando de hacer estos cosmólogos? ¿Confundirme? Hace apenas unos años el universo tenía 15 mil millones de años ... entonces 13... y ahora 14. Francamente, prefiero los 15 mil millones de años. Tiene más sentido para mí. Y para muchos otros, también...*

Y antes de que lo sepamos nos encontramos empantanados en pensamientos samsáricos, olvidándonos de que el órgano sensorial más importante del que tenemos que liberarnos es la mente egoísta. En la práctica, nosotros podemos apreciar con facilidad cómo la mente se aferra a las formas: que el VHS (VCR) se dañó y nos disgustamos, un amigo se muere y lloramos, nuestros cuerpos se enferman y nos deprimimos o nos enfadamos; pero no es tan fácil ver cómo la mente se aferra a las ideas y a otras formas propias del pensamiento. Nosotros creamos un complejo y elaborado conjunto de creencias y opiniones que nos proporciona un depósito de "ideas" con las cuales podemos identificarnos y definirnos; y si alguien ha de cuestionar estas opiniones que valoramos tanto, nos volcamos a la discusión, enfurecemos, y a veces incluso llegamos a la violencia. El ego no conoce límites al defender su terreno.

Pero mientras cualquier objeto, mental o físico, puede usarse como una semilla para la contemplación y meditación, nosotros sabemos que no debemos formar opiniones desconsideradas y vanas sobre el objeto de nuestras meditaciones. En la meditación nosotros establecemos conexiones que nos dan discernimiento. Nosotros vemos patrones y relaciones que no requieren de una opinión. No tenemos que defender nuestro punto de vista, porque no tenemos uno. De la misma manera, leemos los sutras para contemplar su sabiduría, no para discutir acerca de su significado o su valor. Entendemos que un renglón de un verso en una escritura abre muchos caminos que nos pueden invitar a la contemplación. El renglón puede conducirnos a una docena de personas a una docena de realizaciones diferentes, pero los méritos relativos de esos caminos y destinos no son asunto para disputa.

Mientras continuemos mirando hacia la ciencia o hacia cualquier otra forma exterior como un vehículo para nuestra salvación, permaneceremos enlodados en el reino del samsara. Continuamos tontamente confundiendo cosas que perpetuamente están en estado

de cambio con cosas que son fijas y finales. Olvidamos que, mientras el cambio es en si mismo real, aquellas cosas que cambian no puede ser reales; No importa cuanto nos persigan con sus luces y formas fluctuantes, perpetuamente se estarán desvaneciendo. Cuando entendemos esto en un nivel intuitivo, comprendemos que no hay nada que podamos tener en nuestra mano y legítimamente decir, "Esto es real."

¿Entonces, qué es real? En el mundo material, sólo cuando el tiempo se detiene el cambio se detiene, y cuando el cambio se detiene hay cero entropía [una medida del desorden que existe en un sistema], un estado que no lo podemos sobrevivir para poder apreciar. Es sólo cuando transcendemos el mundo material que vislumbramos lo que es verdaderamente Real, fuera del tiempo (eterno) y siempre verdadero. Sólo en esta realidad se puede entrar en los recintos del Zen.

Recientemente, después de un foro científico, algunos de los asistentes se reunieron para tomar café y me preguntaron cuál era la posición Zen respecto a la Creación. Miré fijamente al hombre que hizo la pregunta, con esa expresión en blanco propia de aquel que está extraviado. Como si no hubiera escuchado la primera vez, me hicieron la pregunta de nuevo. ¿Cuál es la posición Zen respecto a la Creación? "Bien," murmuré, "hay Poder y éste obedece a la Ley. ¿Qué más necesitamos?" Esto no satisfizo a nadie, así que dije, "La Palabra es el llegar a ser del edicto". Esta afirmación tampoco produjo respuesta alguna. Traté de ser más específico. "Al principio Dios dijo, 'que haya luz y hubo luz'". Todos se rieron. Yo dije ¿" Miren, el que haya consenso alrededor de la Gran Explosión (Big Bang) termina con el problema de la Creación? ¿Y que tendría que ver eso con religión? En últimas, la religión se ocupa de los aspectos prácticos del mandato divino - y dichos aspectos comienzan con la forma de ver de cada hombre individual su lugar en el universo. Hay consideraciones prácticas que anteceden a las discusiones bizantinas. Ellos querían un ejemplo.

"Mírenlo de la siguiente manera: digamos que un grupo de monjes mora en un agradable monasterio en la montaña. Tienen todo lo que necesitan pero desde sus ventanas pueden ver un campo de fresas en la distancia. Un abismo los separa físicamente de ese campo, mas no emocionalmente. Ellos desean las fresas. Sobre todo cuando están en temporada, es de lo único que pueden hablar los monjes. El Abad dice, " ¿Qué vamos a hacer con estas fresas?"

"Algunos monjes se sentaron a discutir durante horas sobre la forma en que podrían construir un puente a través del abismo - para ellos un imposible de ingeniería. Aún así discuten lo imposible y lo improbable. Especulan eternamente sobre temas que no les pueden traer las fresas. La discusión degenera en altercado. Tres monjes, sin embargo, son ajenos a la controversia del puente y se concentran en sus quehaceres diarios y su rutina de meditación. Pronto estos tres son los únicos monjes en el monasterio que están verdaderamente felices. El Abad los convoca a una asamblea y dice, 'Cuenten para todos su secreto para permanecer felices a pesar de todo este fraccionamiento'. Un monje dijo, 'yo admiro las fresas de la forma en que admiro a la luna. No necesito tocarlas ni consumirlas'. El segundo monje dijo, 'yo borro las fresas de mi visión'. Son momentáneas, formas cambiantes de la materia. No hay nada permanente en ellas así que por qué habría de preocuparme con lo que es condicional y temporal. 'Y el tercer monje dijo'. Cuando fui al pueblo la semana pasada, vi algunas de las fresas en el mercado. Compré unas cuantas. Estaban buenas... nada especial. Estos tres monjes eran monjes Zen. Los otros estaban perdiendo su tiempo." Allí terminé la discusión acerca de la Creación... con los tres monjes felices.

El Zen comienza con el simple descubrimiento de que no somos los individuos que pensamos que somos. No somos nuestros cuerpos; no somos nuestra mente; no somos las imágenes mentales que tenemos de nosotros mismos. No estamos relacionados en forma alguna con las experiencias sensoriales. Esto no es algo para creer, sino algo para experimentar.

El ingreso al Budismo siempre comienza con las Cuatro Nobles Verdades y el Camino Óctuplo que está contenido en la última Noble Verdad. El seguir en el camino del Buda es interiorizar cada una de las Nobles Verdades. En lugar de albergarlas como creencia, las consideramos como algo dado... o como conocimiento absoluto. Así como no diríamos - es mi opinión que la tierra gira alrededor del sol - tampoco decimos - yo creo que la vida es amarga y dolorosa. - Simplemente lo sabemos porque lo hemos comprendido, lo hemos deducido y sabemos que nada más tiene sentido. La segunda Noble Verdad nos dice que la causa de esta amargura y dolor es el deseo que persistentemente exige gratificación para el ego (y también aceptamos esto porque lo hemos comprendido). La Tercera Noble Verdad nos dice que no solo podemos encontrar una manera para sobrevivir al sufrimiento, sino que podemos prevalecer y triunfar sobre la adversidad de vida. Y ese camino, dice la Cuarta Noble Verdad, es

seguir el Camino Óctuplo. El Buda nos dice – Afronta inteligentemente tus problemas. Usa el sentido común. ¡Distingue lo que estás buscando (la Liberación del sufrimiento)! - y entonces utiliza los medios necesarios para afianzarlo. Algunos deseos debes desterrar de tu mente; algunos deseos los debes destruir, dismantelarlos y verlos como realmente son, cosas transitorias; y algunos deseos debes degradarlos hasta que se vuelvan simples curiosidades que puedas, si así lo deseas, satisfacer sin emoción alguna.

La ciencia atrae nuestro sentido de conocimiento del mundo material pero el Budismo no. La ciencia abarca el mundo material en todo aspecto; pero para el Budismo es suficiente con trascender las consideraciones materiales. Nuestra meta es la meta interior. Como los grandes Alquimistas espirituales solían decir, " Nuestro oro no es el oro común".

Así como no podemos nadar y ahogarnos al mismo tiempo, no podemos estar buscando en el reino material la salvación que solo puede venir del mundo espiritual.

No hay ninguna brecha por llenar entre ciencia y misticismo, como tantos escritores nos quieren hacer creer. Ni la ciencia ni el misticismo están en extremos opuestos de ningún espectro. Simplemente, no tienen ninguna relación entre si. Cuando aprendemos a meditar, descubrimos que el proceso de la concentración detiene el tiempo, y, al detenerse el tiempo, el reino fenomenológico deja de existir para nosotros. Nos envolvemos en una Conciencia Universal que está, por su naturaleza, fuera del tiempo y el espacio.

En la meditación, un lapso de catorce minutos no conlleva a un significado mayor que un lapso de catorce billones de años.

Mientras nos enorgullecemos de nuestros logros científicos, es importante no permitir que la novedad y la emoción nos distraigan del mirar profundamente en nosotros mismos. No nos es prohibido pensar sobre la cosmología. Lo que nos prohíben es usar teorías para ganar rango (ego-satus) o distraernos de las metas espirituales.

En Zen, nos olvidamos de los puentes imposibles hacia las efímeras fresas y siempre nos esforzamos por mantener un acercamiento práctico: Para nosotros, *el cómo* fue creado el mundo no es tan importante como *que* el mundo fue creado. Todo es un sueño del cual debemos despertar.



Final del documento.