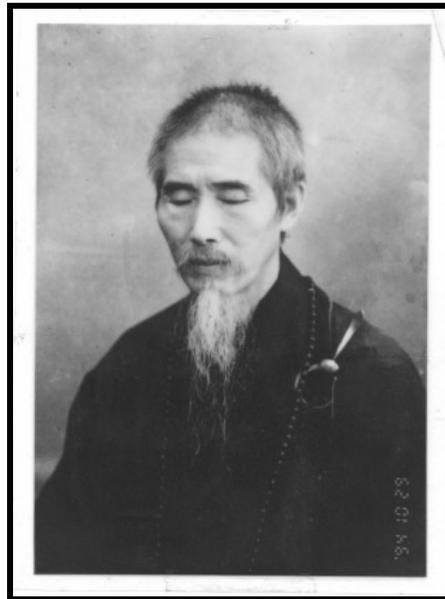


Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Maestro Xuyun

**Traducido al inglés por el Ven. Guo-gu Bhikshu
Traducido al español por Yin Zhi Shakya, OHY**



Esta es una traducción tentativa de un discurso del Patriarca Moderno Maestro Xuyun (1839-1959), que también se le conoce por el renombre inglés de Nube Vacía.

Tomado de:

[The Essentials of Ch'an Practice](#)

Los Prerrequisitos y Entendimientos Necesarios para Comenzar la Práctica Chan

I. El Objetivo de la Práctica Chan

El objetivo de la práctica Chan es iluminar la mente a través de erradicar sus impurezas y ver/observar profundamente en la verdadera naturaleza-propia. **Las impurezas de la mente son los pensamientos erróneos y los apegos.** La naturaleza-propia es la sabiduría y la virtud del Tathagata. La sabiduría y la virtud de los Budas y los seres sintientes no son diferentes unos de otros. Para experimentar esa sabiduría y esa virtud, apártense y **dejen detrás la dualidad, la discriminación, el pensamiento erróneo y el apego.** Esto es la **Budeidad**. Si uno no puede hacer esto, entonces uno permanece como un ser sintiente ordinario.

Esa es la razón por la que ustedes y yo estamos contaminados, corruptos, mancillados y hemos estado vagando, perdidos y confusos a través del samsara por kalpas ilimitadas; y es por eso que no podemos desechar inmediatamente el pensamiento erróneo y ver nuestra naturaleza original. Por esta razón debemos practicar Chan [la meditación/Dhyana].

El prerrequisito para la práctica Chan es erradicar el pensamiento erróneo. El Buda **Shakyamuni** enseñó mucho sobre este tema. Su enseñanza simple y directa es la palabra "deténganse", de la expresión "detenerse es el Bodhi". Desde el tiempo en que Bodhidharma transmitió las enseñanzas Chan hasta hoy en día, las alas del Chan han batido lejos y extensamente, vibrando e iluminando el mundo. Entre las muchas cosas que Bodhidharma y el Sexto Patriarca enseñaron a esos que llegaron a estudiar con ellos, nada es más valiosa que el dicho: "Apártate de todas las condiciones enredadas, no dejes que ningún pensamiento surja".

Esta expresión es verdaderamente el prerrequisito para la práctica Chan. Si no pueden cumplir este requerimiento, entonces, no sólo fracasarán en alcanzar la meta última de la práctica Chan, sino que no serán capaces de entrar por la puerta del Chan. ¿Cómo pueden hablar de practicar el Chan si están enredados por los fenómenos mundanos con pensamiento tras pensamiento surgiendo y desapareciendo?

2. Aparten Todas las Condiciones Enmarañadas

“Aparten todas las condiciones enmarañadas, no dejen que los pensamientos surjan” es un prerrequisito para la práctica Chan. Ahora que sabemos esto, ¿cómo lo vamos a llevar a cabo? El mejor practicante, uno de habilidades superiores, puede detener por siempre todos los pensamientos, llegar directamente a la condición de no-surgimiento e instantáneamente experimentar el Bodhi. Tal persona no está enredada ni confundida por nada.

La próxima clase mejor de practicante usa el principio para cortar de raíz todos los fenómenos y darse cuenta que la naturaleza propia es originalmente pura. La insatisfacción y el Bodhi, el Samsara y el Nirvana—todos son nombres falsos que no tienen nada que ver con la naturaleza propia de uno. Todas las cosas son sueños e ilusiones, como burbujas o reflejos.

En la naturaleza-propia, mi cuerpo, hecho de los cuatro grandes elementos terráqueos en sí, son como burbujas en el mar, surgiendo y desapareciendo, sin embargo nunca obstruyendo la superficie original. No se afirmen cautivados por el surgimiento, el alojamiento, el cambio y la desaparición de los fenómenos ilusorios que dan lugar al placer y la aversión, al apego y al rechazo. Renuncien a vuestro cuerpo completo como si estuviesen muertos, y los seis órganos sensoriales, los seis objetos sensoriales y las seis consciencias desaparecerán o se dispersarán naturalmente. La avaricia, el odio y el amor se destruirán. Todas las sensaciones de dolor, sufrimiento y placer que están presentes en el cuerpo—el hambre, el frío, la saciedad, la tibieza, la gloria, el insulto, el nacimiento, la muerte, la calamidad, la prosperidad, la buena y mala suerte, el alabo, la culpa, la ganancia y la pérdida, la seguridad y el peligro—ya no serán más vuestra preocupación. Solamente esto se puede considerar la renunciación verdadera—cuando apartamos todo para siempre. Esto es lo que significa renunciar a todos los fenómenos.

Cuando se ha renunciado a todos los fenómenos, los pensamientos erróneos desaparecen, la discriminación no surge, y el apego se queda atrás. Cuando los pensamientos no surgen más, la brillantez de la naturaleza propia se manifiesta a sí misma completamente. En ese momento habrán realizado y alcanzado las condiciones necesarias para la práctica Chan. Entonces, un trabajo fuerte adicional y una práctica sincera les permitirán iluminar la mente y ver en vuestra naturaleza verdadera.



3. Todos Pueden Devenir un Buda Instantáneamente

Muchos practicantes Chan preguntan acerca del Dharma. El Dharma que se habla no es el verdadero Dharma. Tan pronto como traten de explicar las cosas, el significado verdadero se pierde. Cuando comprenden o se dan cuenta que “una mente” es el Buda, de ahí en adelante no hay nada más que hacer. Todo ya está completo. Toda charla acerca de la práctica o la realización es un engaño demoniaco.

El señalamiento a la mente de Bodhidharma, el observar la verdadera naturaleza de uno y el logro de la Budeidad, nos enseña claramente que todos los seres sintientes son Budas. Cuando la pura naturaleza-propia se reconoce, uno puede armonizar con el ambiente y sin embargo permanecer inmaculado/puro. La mente permanecerá pura a través del día, ya sea caminando, de pie, sentado o acostado. Esto es ser ya un Buda. En este punto no hay necesidad de ningún esfuerzo ni apremio. Cualquier acción es superflua. No se necesita preocuparse con el más mínimo pensamiento o la menor palabra. Por lo tanto, de venir un Buda es fácil, la tarea más clara y sin impedimentos. Háganlo ustedes mismos. No busquen fuera de ustedes para eso.

Todos los seres sintientes—que desean evitar el nacimiento por kalpas eternas, en las cuatro formas de nacimiento y los seis pasajes de la existencia; que se están hundiendo eternamente en el océano del sufrimiento, y que hacen el voto de alcanzar la Budeidad y las cuatro virtudes del Nirvana (eternidad, gozo, percibir la naturaleza original, y la pureza)—pueden alcanzar inmediatamente la Budeidad si creen sinceramente en las palabras del Buda y los patriarcas, renuncian a todo y piensan que sus palabras no son un alarde ni un voto infundado y vacío.

El Dharma es exactamente eso. Esto ha sido explicado por el Buda y los Patriarcas una y otra vez. Ellos nos han exhortados con la verdad. Ellos no nos engañan. Desafortunadamente, los seres sintientes están confusos y por kalpas ilimitadas han experimentado el nacimiento y la muerte en el mar del sufrimiento, apareciendo y desapareciendo, tomando una nueva forma de vida indefinidamente. Aturdidos y confusos, enredados en el polvo mundano de los seis sentidos con sus espaldas a la iluminación, son como oro puro en una cloaca. Por la severidad del problema, el Buda enseñó compasivamente las 84,000 puertas del Dharma en acuerdo con las variadas raíces karmáticas de los seres sintientes, y así ellos pueden usar los métodos para curarse a

Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

si mismos de los 84,000 hábitos y faltas, que incluyen la avaricia, el odio, la ignorancia y el deseo.

4. Investigando el Chan y Contemplando la Mente

Nuestra secta se enfoca en investigar el Chan. El propósito de practicar Chan es “iluminar la mente y ver/observar dentro de la naturaleza verdadera de uno”. A esta investigación se le llama también “Comprender claramente nuestra mente y percibir completamente la naturaleza original de uno”.

Desde el tiempo en que el Buda sostuvo en alto una flor y Bodhidharma llegó del Este, los métodos para entrar en esta puerta del Dharma han evolucionado continuamente. La mayoría de los practicantes Chan, antes de las dinastías Tang y Sung, devinieron iluminados después de oír una palabra o la mitad de una frase del Dharma. La transmisión de maestro a discípulo era el sello de Mente a Mente. No había un Dharma fijo. Las cadenas se desatan solamente con las preguntas y respuestas diarias. No era nada más que prescribir la medicina correcta para la enfermedad adecuada.

Después de la Dinastía Sung, sin embargo, las personas no tuvieron esas buenas raíces kármicas como sus predecesores. Ellos no pudieron llevar a cabo lo que había dicho, por ejemplo, se les pedía a los practicantes que **“se apartaran de todo”** y **“no pensarán acerca del bien y el mal”**, pero no lo pudieron hacer. No pudieron apartarse de todo y si no estaban pensando acerca del bien, lo estaban acerca del mal. Bajo esas circunstancias, los patriarcas no tuvieron otro remedio que usar el veneno para pelear con el veneno, así que enseñaron el método de investigación gong-an [y hua-t'ou].

Cuando uno comienza a mirar en un hua-t'ou, debe asirse a él fuertemente, nunca dejarlo ir. Es como un ratón tratando de roer su salida de un sarcófago. Se concentra en un punto. No trata en diferentes lugares y no se detiene hasta que sale de ahí. Así que, en términos del hua-t'ou, el objetivo es usar el pensamiento de uno para erradicar los otros pensamientos innumerables. Este método es el último recurso, como si alguien hubiera sido pinchado por una flecha venenosa. Medidas drásticas se deben tomar para curar al paciente.

Los ancianos usaban los gong-ans, pero más tarde comenzaron a usar con los practicantes los hua-t'ous. Algunos hua-t'ous son: “¿Quién está



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

arrastrando este cadáver por ahí?”. Antes de nacer ¿cuál era tu rostro original?” y “¿Quién recita el nombre de Buda?”.

De hecho, todos los hua-t’ous son el mismo. No hay nada no-común o diferente, extraño o especial acerca de ellos. Si desean, puede decir: “¿Quién está recitando los sutras?” “¿Quién está recitando los mantras?” “¿Quién se está postrando ante el Buda?” “¿Quién está comiendo?” “¿Quién está usando estas ropas?” “¿Quién está caminando?” “¿Quién está durmiendo?” Todos ellos son el mismo. La respuesta a la pregunta “quién” se deriva o es el resultado de la Mente de uno. La Mente es el origen de las palabras. Los pensamientos vienen de la Mente. La Mente es el origen de todos los pensamientos. La Mente genera los innumerables dharmas; la Mente es el origen de todos los Dharmas. De hecho, ‘hua-t’ou’ es un pensamiento. Antes que un pensamiento surja, está el origen de las palabras. Por lo tanto, mirar en un hua-t’ou es contemplar la Mente. Antes que vuestros padres les dieran a luz, había Mente, así que mirar vuestro rostro original antes que nacieran es contemplar la mente.

La naturaleza-propia es la Mente. Cuando uno se dirige al interior a escuchar nuestra naturaleza-propia, uno se dirige al interior a contemplar la Mente. En la frase: “Consciencia pura perfectamente iluminada”, la consciencia pura es la Mente y la iluminación es la contemplación. La Mente es Buda. Cuando uno recita el nombre de Buda, uno contempla a Buda. Contemplar a Buda es contemplar la Mente.

Investigar un hua-t’ou u “observar quien está recitando el nombre de Buda” es contemplar la Mente. Por lo tanto, contemplar la Mente es iluminar la consciencia pura. Es también iluminar la naturaleza-búdica en uno mismo. La mente es la naturaleza, la consciencia pura, el Buda. La Mente no tiene forma, ni caracteres, ni direcciones, no se puede encontrar en ningún lugar en particular. No se puede asir. Originalmente, la Mente es abarcar universalmente todos los dominios Dharmáticos. Ni afuera o adentro, ni llega o va. Originalmente, la Mente es Dharmakaya¹ puro.

¹ El **Dharmakaya** (sanskrito: धर्म काय; Páli: धम्म कय, literalmente “el cuerpo verdadero” o “la realidad verdadera”) es la idea central en el Budismo Mahayana formando parte de la doctrina Trikaya que posiblemente fue expuesta por primera vez en el **Aṣṭasāhasrikā prajñā-pāramitā** (La Perfección del Discernimiento en Ocho Mil Versos), compuesto en el siglo I antes de la Era Cristiana. Constituye lo inmanifiesto, “lo inconcebible” (sánscrito: **acintya**) el aspecto del Buda, del cual los Budas—y definitivamente todos los ‘fenómenos’ (sánscrito: dharmas) —surgen, y al



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

Cuando se investiga un hua-t'ou, el practicante debe primero cerrar todos los seis órganos sensoriales y buscar donde los pensamientos surgen. Ellos se deben concentrar en el hua-t'ou hasta que vean la mente original pura que está aparte de los pensamientos. Si uno hace esto sin interrupción, la mente deviene sutil, quieta, tranquila, iluminando silentemente. En ese momento, los cinco skandhas o agregados están vacíos, el cuerpo y la mente se extinguen, nada permanece. De ahí en adelante, caminar, estar de pie, sentarse y acostarse se ejecutan sin moverse. A su tiempo, la práctica se profundizará y eventualmente los practicantes verán su naturaleza-propia, devendrán Budas y el sufrimiento cesará.

Un patriarca del pasado llamado **Gaofeng** (1238-1295) dijo una vez: "Deben contemplar al hua-t'ou como una teja cayendo de un techo y hundiéndose en un estanque de diez mil pies de profundidad. Si en siete días no se han iluminado, les daré permiso para que corten mi cabeza". Estas son las palabras de una persona experimentada. Él no habló superficialmente. Sus palabras son verdad.

Aunque en los días presentes muchos practicantes usan hua-t'ous, solamente unos pocos se iluminan. Esta es la razón por la que se comparan con los practicantes del pasado; los practicantes de hoy en día tienen raíces kármicas inferiores y menos méritos. También no están muy claros acerca del propósito del pasaje del hua-t'ou. Algunos practicantes continúan indagando de este a oeste y de norte a sur hasta la hora de su muerte, pero no penetran ni un hua-t'ou. Ellos solamente agarran la forma y las palabras. Usan su intelecto y se apegan sólo al rabo de las palabras.

'Hua' es Una Mente. La mente no está dentro, fuera o en el medio. Por otra parte, está dentro, afuera y en el medio. Es como la quietud del espacio vacío prevaleciendo en todas partes.

cual regresan después de su disolución. Los Budas son manifestaciones del Dharmakaya llamadas **Nirmanakaya**. A diferencia de las personas ordinarias no-iluminadas, los Budas (y Arhats) no mueren (aunque sus cuerpos físicos pasan por la cesación de las funciones biológicas y subsecuentemente la desintegración). En el **[Sutra del Loto](#)** (en el sexto fascículo) el Buda explica que él siempre ha existido y existirá para guiar a todos los seres a su salvación. El aspecto externo del Buda es el Dharmakaya. El Dharmakaya se puede considerar la realidad más sublime o verdadera en el universo. Tomado de:

<http://en.wikipedia.org/wiki/Dharmakaya>



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

El hua-t'ou no debe elogiar. Ni se debe menospreciar. Si lo elogia vuestra mente dudará y devendrá inestable. Si se menosprecia devendrán soñolientos. Esos acercamientos son contrarios a la naturaleza de la mente original y no están de acuerdo con el Camino Medio.

Los practicantes son infelices por los pensamientos errantes. Ellos piensan que es difícil controlarlos/domesticarlos. No le teman a los pensamientos errantes. No pierdan vuestra energía tratando de reprimirlos. Todo lo que tienen que hacer es reconocerlos. No se apeguen a ellos, no los sigan y no traten de desprenderse de ellos. Mientras no los ensarten juntos, los pensamientos errantes se irán por ellos mismos.

Charlas Sobre los Métodos de Práctica en el Salón Chan

Introducción

Muchas personas me piden consejos y guía. Esto me hace sentir avergonzado. Todos trabajan tan duro—cortando la leña, preparando los campos, llevando la tierra, moviendo los ladrillos—y sin embargo desde la mañana a la noche no se apartan del pensamiento de practicar el Camino. Tal determinación por el camino conmueve. Yo, Xuyun, me arrepiento de mi falta sobre el Camino y mi carencia de virtud. Soy incapaz de instruirles y puedo usar solamente unos cuantos dichos de los ancianos en respuesta a vuestras preguntas. Hay cuatro prerequisites referente a los métodos de la práctica: (1) Una fe profunda en la ley de causa y consecuencia; (2) La observancia estricta de los preceptos; (3) Una fe inamovible; (4) Escoger un método de entrada al Dharma para la práctica.

2. Los Fundamentos de la Práctica Chan

Nuestras actividades diarias se ejecutan en el Camino mismo. ¿Hay algún lugar que no esté localizado en el Camino? Ni siquiera el Templo Chan es necesario para la práctica. Además, la práctica Chan no es simplemente sentarse en meditación. El Templo/Salón Chan y la meditación sentada son para los seres sintientes con obstrucciones kármicas profundas y sabiduría superficial.

Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

Cuando uno se sienta en meditación, primero uno debe saber cómo regular el cuerpo y la mente. Si no están bien regulados, entonces un daño pequeño se convertirá en una enfermedad y un daño grande les guiará a enredos/embrollos diabólicos. Esto sería lo más lamentable. El **caminar** y **sentarse** en meditación en el Salón Chan es para regular el cuerpo y la mente. Hay otras formas de regularlos, pero aquí hablará acerca de esos dos métodos fundamentales.

Cuando se sientan en la posición de loto, lo hacen naturalmente derechos. No empujen a propósito la cintura hacia delante. El hacer eso aumentará vuestro calor interno, que más tarde podrá resultar en tener arena en las esquinas de vuestros ojos, mal aliento, respiración dificultosa, pérdida del apetito y en el peor de los casos vomitar sangre. Si el aburrimiento o la soñolencia aparecen, abran bien vuestros ojos, estiren la espalda y muevan gentilmente las nalgas de un lado a otro. El aburrimiento o la soñolencia se desvanecerán naturalmente. Si practican con una actitud ansiosa, tendrán un sentido de frustración. Entonces deben apartarlo todo incluyendo los esfuerzos para practicar. Descansen por unos minutos y gradualmente, después de recuperarse, continúen practicando. Si no hacen esto, a medida que el tiempo pasa, desarrollarán un carácter irritante o en el peor de los casos, se volverán locos o caerán en enredos demoniacos.

Hay muchas experiencias que encontrarán al sentarse en Chan (meditación), y también muchas de que hablar. Sin embargo, si no se apegan a ellas, no interferirán con ustedes. Esta es la razón del proverbio: "Observen lo extraordinario/fenomenal, sin embargo no piensen que eso es extraordinario, y lo extraordinario retrocederá". Si se encuentran o perciben una experiencia desagradable, ni la noten ni tengan temor. Si experimentan algo agradable, ni lo noten ni den lugar al apego o al amor. El Sutra Shurangama dice: **"Si uno piensa que ha logrado una experiencia supramundana, entonces eso es bueno. Por otra parte, si uno piensa que ha logrado algo supramundano, entonces atraerá a los demonios"**.

3 Cómo comenzar la Práctica: Distinción Entre el Anfitrión y el Invitado



Los Fundamentos de la Práctica Chan
Por el Gran Maestro Xuyun

¿Cómo uno debe comenzar a practicar? En la asamblea del Shurangama, **Kaundinya**², el Honorable, mencionó dos palabras: "invitado" y "polvo". Ahí es donde los principiantes deben comenzar su práctica. Él dijo: **"Un viajero que se detiene en un parador puede quedarse ahí y pasar la noche u obtener algo para comer. Cuando termina o ha descansado, empaqueta y continúa su viaje, porque no tienen tiempo para permanecer por más tiempo. Si él fuera el anfitrión o el propietario no tendría lugar donde ir. Por lo tanto razono: a ese que no se queda se le llama invitado porque no permanecer es la esencia de ser un invitado o visitante. Al que permanece se le llama anfitrión o amo. De nuevo, en un día claro, cuando el sol se levanta y la luz entra en una habitación oscura a través de una apertura, uno puede ver el polvo en un espacio vacío. El polvo se mueve pero el espacio es inmóvil. Eso que es claro e inmóvil se llama espacio; eso que se mueve se llama polvo porque el moverse es la esencia de ser polvo"**. Invitado y polvo se refieren a pensamientos ilusorios, mientras el anfitrión y el espacio se refieren a la naturaleza-propia. Eso que el anfitrión permanente hace y que no sigue al invitado en sus venidas e idas, ilustra que la naturaleza-propia permanente no sigue a los pensamientos ilusorios en sus ascensos y caídas transitorias. Por lo tanto, se ha dicho: **"Si a uno no le afectan las cosas, entonces no habrá obstrucciones, incluso cuando uno esté constantemente rodeado de ellas"**. El polvo que se mueve no bloquea el espacio vacío claro e inamóvil; los pensamientos ilusorios que surgen y desaparecen por ellos mismos no obstruyen la naturaleza-propia del Absoluto. Por lo tanto se ha dicho: "Si mi mente no surge, todas las cosas son limpias e inocentes, libres de culpa". En tal estado de mente, incluso el invitado no vagabundea ni va a la deriva con los pensamientos ilusorios. Si él entiende el espacio y el polvo, los pensamientos ilusorios dejarán de ser impedimentos u obstrucciones. Se dice que cuando uno reconoce un enemigo, no habrá más enemigo en vuestra mente. Si uno puede investigar y entender todo esto antes de comenzar a practicar, es improbable que haga errores o equivocaciones graves.

² **Kaundinya** (sánscrito: कौण्डिन्य, *Kauṇḍinya*, Pali: *Kondañña*) también conocido como **Ajnata Kaundinya** (sánscrito: अज्ञात कौण्डिन्य, *Ājñātakauṇḍinya*, Pali: *Añña Kondañña*) era un bhikkhu budista en la sangha del Buda Gautama y el primero en convertirse en **arahant**. Vivió durante el siglo VI antes de la Era Cristiana en la India, en donde ahora es Uttar Pradesh y Bihar. Tomado de:

<http://en.wikipedia.org/wiki/Kaundinya>

4. Los Hua-tous y la Duda

Los antiguos patriarcas señalaron directamente a la Mente. Cuando uno ve la naturaleza-propia, uno alcanza la Budeidad. Este fue el caso de cuando **Bodhidharma** ayudó a sus discípulos a calmar su mente y de cuando el sexto Patriarca habló solamente sobre el ver la naturaleza-propia. Todo lo que fue necesario era el entendimiento y la aceptación de la Mente y nada más. No había tal cosa como investigar un hua-tou. Los patriarcas más recientes, sin embargo, observaron que los practicantes no podían lanzarse por ellos mismos a la práctica con una dedicación total y no podían ver instantáneamente su naturaleza-propia. En su lugar, esas personas **'jugaban juegos' e imitaban palabras de sabiduría, alardeando y presumiendo el tesoro de otras personas e imaginando que todo eso era de ellos**. Por esa razón, los últimos patriarcas estuvieron obligados a proveer escuelas y formular modos específicos para ayudar a los practicantes, consecuentemente el método de investigación del hua-tou.

Hay muchos hua-tous, tales como "Todos los dharmas regresan a uno, ¿A dónde regresa ese uno? "¿Cuál era mi apariencia original antes que naciera?" y así sucesivamente. El más común, sin embargo, es "¿quién está recitando el nombre de Buda?"

¿Qué significa hua-toa? Hua-tou significa la palabra hablada; significa la cabeza o el comienzo, así que hua-tou significa eso que es antes de la palabra hablada. Por ejemplo, recitar 'Buda Amitaba' es un hua-toa, y un hua-tou es eso que precede a la recitación del nombre del Buda. El hua-tou es ese momento antes de que el pensamiento surja. Cuando el pensamiento surge, ya es el rabo del hua-toa. En el momento antes de que el pensamiento haya surgido se le llama no-surgimiento. Cuando la mente de uno no está distraída, ni torpe, ni tonta, ni está apegada a la quintaesencia, o no ha caído en el estado de 'nada', se le llama imperecedera. Una mente-fija e incesantemente sin interrupción, dirigida hacia el interior e iluminando el estado imperecedero de no-surgimiento se le llama investigar el hua-tou, prestar atención al hua-tou.

Para investigar el hua-tou, uno primero debe generar la duda. La duda es como un bastón para el método de investigar el hua-tou. ¿Qué significa la duda? Por ejemplo, uno puede preguntar: "¿quién está recitando el nombre de Buda?" Todos sabemos que es uno mismo quien lo está recitando, pero ¿esa persona está usando su boca o su

Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

mente? Si es su boca, entonces después que la persona muere y la boca todavía existe, ¿cómo la persona muerta es incapaz de recitarlo? Si es la mente, entonces ¿qué es la mente? Ella no puede conocerse. Por lo tanto, hay algo que uno no entiende, y esto da lugar a una pequeña duda en referencia a la pregunta de "quién".

Esta duda nunca debe ser vulgar. Mientras más fina es mejor. En todo momento y en todos los lugares, uno debe observar y mantener esta duda fijamente y conservarla como una corriente de agua fina. No se distraigan por otro pensamiento. Cuando la duda está ahí, no la perturben. Cuando la duda ya no está ahí, háganla surgir de nuevo gentilmente. Los principiantes encontrarán que es más efectivo usar este método cuando están inmóviles que cuando se están moviendo; pero no deben tener una actitud discriminatoria. En cuanto a si vuestra práctica es efectiva o no, o si están inmóviles o en movimiento, simplemente usen el método fijamente y practiquen.

En el hua-tou "¿Quién está recitando el nombre del Buda?" El énfasis debe estar en la palabra 'quién'. Las otras palabras sirven para proveer una idea general, simplemente como preguntar: "¿quién se está vistiendo?", "¿Quién está comiendo?", "¿Quién está defecando?", "¿Quién está orinando?", "¿Quién está ignorantemente peleando por un ego?", "¿Quién está atento?", sin importar si uno está caminando, de pie, sentado o reclinado, la palabra **"quién"** es directa e inmediata. No teniendo que depender en un pensamiento repetitivo, una conjetura, o atención, es fácil hacer surgir un sentido de duda.

En consecuencia, dado que un hua-tou involucra la palabra "quién" hay métodos maravillosos para los métodos de la práctica Chan. Pero la idea no es repetir: "¿quién está recitando el nombre del Buda?" como uno pueda estarlo repitiendo; ni es correcto usar el razonamiento para llegar a la respuesta de la pregunta, pensando que esto o aquello es lo que significa tener una duda. Hay personas que continuamente repiten la frase: "¿quién está recitando el nombre del Buda?" Ellos acumularían más mérito y virtud si repetidamente recitaran en su lugar el nombre del Buda Amitaba. Hay otros que dejan que su mente vague, pensando que eso es el significado de la duda, y terminan más involucrados en los pensamientos ilusorios. Esto es como tratar de ascender pero en su lugar están descendiendo. Tengan esto presente.

La duda que se genera por un practicante principiante tiende a ser vulgar, intermitente e irregular. Esto no califica verdaderamente como

Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

un estado de duda. Sólo puede llamarse pensamientos. Gradualmente, después que los pensamientos salvajes se disipan y uno tiene más control, al proceso se le puede llamar 'can' (pronunciado **ts'an** que significa investigar o mirar dentro).

A medida que el cultivo se serena, la duda surge naturalmente sin inducirla activamente. En este punto uno no está consciente de donde está sentado. Uno no está consciente de la existencia de un cuerpo o mente o del ambiente. Solamente la duda está ahí. Este es el estado verdadero de duda.

Realísticamente hablando, la etapa inicial no puede considerarse como cultivo o cultivación. Uno simplemente se absorbe en los pensamientos ilusorios. Sólo cuando la verdadera duda surge por ella misma se le puede llamar cultivo o ejercicio o desarrollo. Este momento es una unión crucial, y es fácil para el practicante desviarse entonces del camino correcto:

(1) En este momento eso es claro y puro y hay un sentido ilimitado de ligereza y paz. Sin embargo si uno fracasa en mantener completamente la atención de uno y la iluminación (la atención es **sabiduría**, no engaño; iluminación es **samadhi**, no desorden), uno caerá en un estado de embotamiento mental. Si hay alrededor una persona con el ojo-abierto, ésta será capaz de decir inmediatamente el estado mental del practicante y pegarle con un palo de incienso, dispersando las nubes y la neblina. Muchas personas devienen iluminados de esta forma.

(2) Este momento es claro y puro, vacío y vago. Si no lo es, entonces la duda se pierde. Entonces eso es el significado de 'no contento' porque uno no está haciendo el esfuerzo para practicar más. Esto es lo que significa "el precipicio con el bosque árido" o "la piedra remojada en agua fría". En esta situación el practicante tiene que "alzarse". "Alzarse significa desarrollar la atención y la iluminación. Eso es diferente de los tiempos previos, cuando la duda era vulgar. Ahora tiene que ser extremadamente fina—un pensamiento, continuo y extremadamente sutil. Con claridad absoluta, eso es la iluminación y la quintaesencia, inmóvil y sin embargo completamente atento/consciente. Como el humo de un fuego que está a punto de extinguirse, es una corriente estrecha sin interrupción. Cuando la práctica de uno alcanza este punto, es necesario tener un ojo de diamante en el sentido de que uno no debe tratar de 'alzarse' más.



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

Alzarse en este punto sería como poner una cabeza sobre la cabeza de uno.

Una vez un monje le preguntó al Maestro Chan **Zhaozhou**, “¿Qué uno debe hacer cuando ni una cosa llega? Zhaozhou respondió: “Suéltalo”. El monje preguntó, “¿Si nada llega, qué uno debe soltar?” Zhaozhou replica: “Si no puede soltarse, tómallo”. Este dialogo se refiere precisamente a esta clase de situación. El sabor verdadero de este estado no se puede describir. Es como alguien que está bebiendo agua y solamente él sabe cuan fría o tibia está. Si una persona alcanza ese estado, naturalmente lo entenderá. Si no está en ese estado, ninguna explicación será adecuada. A un maestro de la espada, deberían ofrecerle una espada; no importunen con poesía a alguien que no es poeta.

5. Tomar un hua-tou y Dirigirse al Interior para Oír la Naturaleza-propia de Uno

Alguien puede preguntar, “¿Cómo considera la investigación Chan el método de dirigirse al interior del Bodhisattva Avalokitesvara? Yo he explicado previamente que tomar un hua-tou es estar, momento a momento, con sólo un pensamiento, fijamente resplandeciendo la luz interior sobre “eso que no es nacido y ni destruido”. La iluminación interna es reflexión. La naturaleza-propia es eso que no es nacido y no destruido. Cuando “el alcance del oído” y la ‘iluminación’ sigue al sonido y a la forma en la corriente mundana, el oído no va más allá del sonido y el ver no va más allá de la forma. Sin embargo, cuando uno se dirige al interior y contempla la naturaleza-propia en contraste con la corriente mundana, y no persigue el sonido y la forma, entonces deviene puro y transparente. En ese momento el ‘oído’ y la ‘iluminación’ no son dos cosas diferentes.

Por lo tanto debemos saber que tomar un hua-tou y dirigirse al interior para oír la naturaleza-propia no significa usar nuestros ojos para ver y nuestros oídos para oír. Si usamos nuestras orejas para oír y nuestros ojos para ver, entonces estamos persiguiendo el sonido y la forma, y como un resultado estaremos afectados por ellos. A esto se le llama sumisión u obediencia a la corriente mundana. Si uno practica con un solo pensamiento, fijamente habitando en eso que no es nacido ni destruido, sin perseguir el sonido y la forma, sin pensamientos errantes, entonces uno va contra la corriente. Esto también se llama toma un hua-tou o dirigirse al interior para oír la naturaleza-propia de uno. Esto no quiere decir que deben cerrar los ojos apretadamente o

Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

cubrir vuestras orejas. Simplemente no generen una mente que busque el sonido y la forma.

6. Determinación de Dejar el Sámsara y Generar una Mente Perseverante

En el entrenamiento Chan la cosa más importante es tener seriedad/veracidad para dejar el nacimiento y la muerte, y generar una mente perseverante. Si no hay honestidad/sinceridad para dejar el nacimiento y la muerte, entonces uno **no puede** generar la 'gran duda' y la práctica no será efectiva. Si **no** hay perseverancia en la mente de uno, el resultado será la indolencia, como un hombre que practica por un día y descansa diez. La práctica será incompleta y cuando la gran duda surge, la incomodidad y la aflicción llegarán a su final por sí mismas. Cuando el tiempo llega, el melón naturalmente se desprende de la planta.

Les contaré una historia. Durante la dinastía Ching en el año de Geng Ze (1900) cuando los ocho poderes del mundo enviaron sus ejércitos a Pekín, el Emperador **Guang Xu** huyó de **Pekín** a la provincia de **Shanxi** caminando cada día diez millas sin ninguna comida con que alimentarse. En el camino, un campesino le ofreció boniato salcochado. Después que se lo comió, le preguntó al campesino que cosa era porque le gustaba mucho. ¡Piensen acerca del temor que inspiraba la conducta común y la arrogancia del emperador! ¿Cuánto más piensan que él podía continuar manteniendo su actitud imperial después de un largo viaje a pie? ¿Piensan que alguna vez iba a estar hambriento? ¿Qué alguna vez hubiera tenido que comer boniato salcochado? Ya para este tiempo se le habían bajado todos sus aires. Después de todo, tuvo que caminar una gran distancia y comer boniato para matar el hambre. ¿Por qué fue capaz de desprenderse de todo en este momento? Porque los ejércitos aliados querían su vida y su única obsesión o único pensamiento era salvarse. Pero cuando la paz prevaleció y regresó a Pekín, de nuevo devino orgulloso y arrogante. Ya no tenía que huir más, ni comer cualquier comida que le pudiera desagradar. ¿Por qué fue incapaz de desprenderse de todo en ese momento? Porque los ejércitos aliados ya no querían su vida. Si el emperador siempre hubiera tenido una actitud de administrar su vida y si hubiera podido cambiar tal actitud hacia el camino de la práctica, no habría nada que no hubiera podido alcanzar. Es una pena que no hubiera tenido una mente perseverante. Cuando las circunstancias favorables regresaron, así también sus hábitos antiguos.



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

¡Compañeros practicantes! El tiempo pasa, nunca regresa. Está siempre buscando por nuestras vidas. Esto es más terrible que los ejércitos aliados. El tiempo nunca negocia o hace la paz con nosotros. ¡Generemos inmediatamente una mente perseverante para escapar del nacimiento y la muerte! El **Maestro Gaofeng** (1238-1295) dijo una vez: “en referencia a la práctica, uno debe actuar como una piedra que se tira en la parte más profunda de un estanque—de diez mil pies de profundidad—continúa y persistentemente cayendo sin interrupción hacia el fondo. Si uno puede practicar así sin parar, continuamente por siete días y todavía ser incapaz de arrancar las distracciones de uno, los pensamientos ilusorios y las aflicciones y molestias, yo, Gaofeng, me arrancaré la lengua de raíz para siempre”. Él continuó diciendo: “cuando uno practica el Chan, uno debe establecer cierto tiempo para el éxito, al igual que un hombre que ha caído en una cueva de mil pies de profundidad. Todos sus diez mil pensamientos se reducen a uno—escapar de la caverna. Si uno puede realmente practicar de la mañana a la noche sin un segundo pensamiento, y si no alcanza la iluminación completa en tres, cinco o siete días, estaré diciendo una gran mentira y por lo tanto me arrancaré la lengua de raíz para siempre”. Este viejo maestro tuvo una gran compasión. Sabiendo que probablemente seríamos incapaces de general esa mente perseverante, hizo dos grandes votos para garantizar nuestro éxito.

7. La Iluminación y la Práctica

El patriarca **Han Shan**³ (1546-1623), dijo una vez (en este documento), “Hay practicantes que se iluminan primero y entonces comienzan su práctica, y otros que practican primero y entonces se iluminan. Sin embargo, hay dos clases de iluminación: **discernimiento a través del razonamiento y discernimiento a través de la experiencia**. Si una persona comprende la Mente a través de seguir las enseñanzas del Buda y los patriarcas, se considera **discernimiento a través del razonamiento**. Uno con esa experiencia solamente tendrá un entendimiento conceptual. En todas las circunstancias él todavía será inefectivo [no tendrá poder alguno]. La mente del practicante y el ambiente están separados y no alcanzan la totalidad. Por lo tanto, su experiencia es una obstrucción. A eso se le llama **Prajna** simulado y no es una práctica verdadera.

Por otra parte, esos que devienen iluminados a través de la práctica se apegan a sus métodos en una forma directa hasta que se acorralan

³ Presione para leer ‘Las Enseñanzas de Han Shan’:

http://www.acharia.org/sutras/libros_completos.htm

Los Fundamentos de la Práctica Chan
Por el Gran Maestro Xuyun

ellos mismos en una esquina. Repentinamente su último pensamiento conceptual desaparece y se dan cuenta completamente de la Mente. Es como ver vuestro padre en una intercepción, no hay duda de eso. Es como beber agua: solamente la persona que la bebe conoce si está tibia o fría. No hay forma de expresarlo. Esta es la práctica verdadera y la iluminación. **Subsecuentemente, el practicante tendrá que lidiar con los diferentes estados mentales que surgen de acuerdo con su experiencia.** Tendrá que desprenderse de las fuertes obstrucciones kármicas y los pensamientos errantes y emocionales, dejando solamente la Mente pura. Esta es la iluminación por la experiencia.

En referencia a las experiencias de la verdadera iluminación, las hay profundas y superficiales. Si uno pone el esfuerzo en seguir el principio fundamental, destruye el nido de la consciencia octava y derriba las grandes cavernas de la ignorancia, entonces uno se dirige directamente a la iluminación. No hay otra forma. Esos que logran esto tienen raíces kármicas extremadamente agudas y experimentan una iluminación profunda.

Esos que practican gradualmente experimentan una iluminación superficial. El pero caso es cuando alguien alcanza poco y está satisfecho. Uno no debe tomar las ilusiones que la luz crea como sombras, por la iluminación. ¿Por qué? Porque ellas no cortan o arrancan la raíz de la octava consciencia. Las experiencias que estas personas tienen son manifestaciones de su propia consciencia. Creyendo que tales experiencias son reales es como confundir a un ladrón por vuestro propio hijo. Un anciano dijo: 'porque los practicantes creen que las actividades de su consciencia son reales, ellos no reconocen lo que es real. Esta es la razón de su trasmigración a través de innumerables kalpas de nacimiento y muerte. Las personas ignorantes toman la consciencia por su verdadero 'yo'. Por lo tanto, deben pasar por este portón.

Por otra parte, están esos que experimentan la iluminación repentina y practican o cultivan gradualmente. Aunque esas personas han experimentado una iluminación profunda, ellas todavía tienen tendencias habituales que no pueden eliminar inmediatamente. En este momento el progreso depende de las circunstancias. Todo depende de la claridad de su práctica en las situaciones diferentes. Ellos tienen que usar su principio iluminado para iluminar esas situaciones. Mientras pasan por ellas tienen que examinar sus mentes. Si ellos pueden desaparecer un por ciento de sus apariencias externas,



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

entonces ellos habrán ganado un por ciento de su **Dharmakaya**. A través de eliminar un por ciento de sus pensamientos errantes, un por ciento de su sabiduría se manifestará. Así es como uno puede fortalecer su experiencia.

Escuchando las palabras de Han Shan, podemos ver **que no es importante si alguien está iluminado o no**. Esos que entienden la iluminación, ya sea a través de la razón o la experiencia, han de continuar practicando y siguiendo el camino. La diferencia es que esos que primero se iluminan y entonces practican son como caballos viejos que están familiarizados con el camino. Ellos no irán por un camino erróneo. Eso es mucho más fácil que practicar primero e iluminarse después.

Esos que están iluminados están enraizados/fijos y no son como esos que entienden la iluminación a través de la razón. Las personas con este último entendimiento son inestables e inseguras. Su experiencia es superficial. Esos iluminados a través de la experiencia les es más fácil derivar beneficio de su práctica. Incluso a la edad de ochenta, el Maestro **Zhaozhou** (778-897) todavía viajaba. Por cuarenta años el maestro usó su mente sin ninguna distracción; él sólo investigó la palabra "nada". Él fue un gran modelo. ¿Dudan que el Maestro estaba iluminado? Verdaderamente él nos recuerda que estemos satisfechos cuando tenemos poco y no elogiarnos extremadamente a nosotros mismos.

Están esos que después de leer unos cuantos sutras o colecciones de charlas de los Maestros Chan, dicen cosas como las siguientes: "La mente es el Buda", y "es/está a través de los periodos y las diez direcciones". Sus palabras no tienen nada que ver con el principio fundamental. Ellos creen firmemente que son Budas ancianos que han regresado de nuevo. Cuando conocen personas, se alaban ellos mismos y dicen que han alcanzado la iluminación completa. Incluso los seguidores ciegos presumen de ellos. Es como confundir los ojos de un pez por perlas. Ellos no conocen la diferencia entre lo verdadero y lo falso. Ellos mezclan las cosas. No sólo hacen que las personas pierdan la fe, sino que dan lugar a la crítica. **La razón de que la secta Chan no ha prosperado es principalmente por las faltas de esas personas locas.** Espero que ustedes puedan ser conscientes en vuestra práctica. No comiencen con algo falso. No hablen acerca del Chan con palabras vacías. Deben investigar seriamente y alcanzar la iluminación verdadera. En el futuro pueden propagar el Dharma y ser

Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

grandes maestros, como un dragón o un elefante en el reino animal, y ayudar al Budismo Chan a florecer.

8. Investigando el Chan y Recitando el Nombre del Buda

Esos que recitan el nombre del Buda, usualmente critican aquellos que investigan el Chan, y esos que investigan el Chan usualmente insultan a esos que recitan el nombre del Buda. Ellos parecen que están opuestos los unos a los otros como enemigos. Incluso, algunos de ellos desean que los otros mueran. Esta es una cosa horrible que pasa en el Budismo. Hay un dicho que dice más o menos: "Una familia en armonía triunfará en todo, mientras que una familia en descenso es muy seguro que argumenta". Con todas estas peleas entre hermanos, no nos sorprende que los demás nos miren y se rían.

Investigar el Chan, recitar el nombre del Buda y otros métodos son todas enseñanzas del Buda Shakyamuni. El Camino original no está separado de los métodos. Es solamente por las raíces kármicas y las mentalidades disímiles de los seres sintientes que se enseñan los diferentes métodos. Es como dar antídotos para venenos diferentes. Más tardes, los patriarcas dividieron las enseñanzas del Buda en sectas diferentes correspondiendo cada una a diferentes teorías. Porque las necesidades de las personas difieren en tiempos diferentes, los patriarcas propagaron el Dharma en formas diferentes.

Si un individuo practica un método que le encaja a su carácter, entonces, no importa que puerta del Dharma use, de todas formas podrá penetrar el Camino. De hecho, no hay puertas del Dharma superiores o inferiores. Además, las puertas del Dharma están interconectadas. Todas son perfectas sin obstrucción. Por ejemplo, cuando uno recita el nombre del Buda hasta el punto de una mente fija en eso, ¿no es esto investigar el Chan? Cuando uno investiga el Chan hasta el punto de la separación entre el investigador y eso que se investiga, ¿no es eso recitar la característica verdadera del Buda? Chan no es otra cosa que el Chan en la Tierra Pura, y la Tierra Pura no es otra cosa que la Tierra Pura en el Chan. El Chan y la Tierra Pura se enriquecen mutuamente y funcionan juntos.

No obstante, esas personas que favorecen un punto de vista sobre el otro, y que de esas distinciones surgen ideas y opiniones diferentes, desafortunadamente pueden guiar a la auto-alabanza mientras



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

insultan a los otros. Tales personas son como fuego y agua. No pueden existir juntas. Ellas confunden la intención de los patriarcas que empezaron las sectas diferentes. Esas personas son responsables accidentalmente por el daño, el insulto y la exposición del Budismo al peligro. ¿No es eso triste y deplorable?

Espero que todos nosotros, no importa que puerta del Dharma practiquemos, entendamos el principio del Buda de no discriminación y no argumento. Debemos tener en mente ayudarnos los unos a los otros para que podamos salvar esta nave que flota en medio de las olas violentas y peligrosas.

9. Las Dos Clases de Dificultades y Facilidades que los Practicantes Experimentan

Hay dos clases de dificultades y facilidades que los practicantes enfrentan en el Camino, y que el experimentarlas depende primeramente de su práctica profunda o superficial. La primera clase de dificultad y facilidad está asociada con los principiantes, mientras que la segunda corresponde a los practicantes avanzados.

Los síntomas de la enfermedad de los principiantes comunes son: la incapacidad de soltar los pensamientos errantes, las tendencias habituales, la ignorancia, la arrogancia, los celos, la avaricia, el enojo, la estupidez, el deseo, el letargo, la glotonería y la discriminación entre el 'yo' y los demás. **Todo esto llena las grandes barrigas.** ¿Cómo puede esto estar de acuerdo con el Camino?

Hay otras clases de personas que nacen en familias opulentas y nobles y no olvidan nunca sus tendencias habituales y malas influencias, ellas no pueden tolerar ni un poquito de dificultad ni pasar por cualquier adversidad. ¿Cómo pueden esas personas practicar el Camino? Ellas no comprenden el estado de nuestro maestro original, el Buda Shakyamuni, cuando decidió devenir un monje.

Hay otras personas que saben unas pocas palabras pero no entienden que los ancianos estaban de hecho evaluando los niveles de entendimiento de los practicantes. Esas personas piensan que son listas. Cada día examinan y anotan los dichos y escritos, hablan acerca de la Mente y de Buda, explican e interpretan las enseñanzas de los ancianos. Hablan acerca de la comida pero no la comen; cuentan el tesoro de los demás y no el propio; piensan que son personas extraordinarias. Devienen increíblemente arrogantes. Pero, cuando

Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

devienen seriamente enfermos, lloran y suplican por ayuda; y al final de sus vidas caerán en el pánico y devendrán confundidos. En ese momento, lo que han aprendido y entendido será inútil e inefectivo, siendo ya muy tarde para arrepentirse.

Hay otras personas que entienden mal el dicho: "Originalmente somos Budas". Esas personas dicen que el 'yo' original es completo y que no hay necesidad de rectificación. Se pasan el día entero sin hacer nada, siguiendo sus emociones, perdiendo su tiempo. Ellos se auto-alaban como personas eminentes y se adaptan a las causas y condiciones. En el futuro, esas personas sufrirán grandemente.

Entonces, hay gente que tienen mentes determinadas a practicar, pero que no saben o conocen donde comenzar sus trabajos, o que tienen temor de sus pensamientos errantes. Incapaces de desprenderse de sus pensamientos, habitan en la insatisfacción todo el día, pensando y rumiando acerca de sus obstrucciones kármicas. Por esto, sus mentes determinantes retroceden.

Hay también personas que quieren batallar hasta la muerte con sus pensamientos errantes. Furiosamente, cierran sus puños y sacan sus torsos y ojos. Parecen como si estuvieran involucrados en algo grande. Listos para morir en una batalla en contra de sus pensamientos errantes; ellos no comprenden que los pensamientos errantes no pueden ser derrotados. Esas personas terminan vomitando sangre y volviéndose locos.

Hay personas que temen caer en el vacío. Poco saben ellos de que los demonios han surgido en sus mentes. Ellos no pueden ni vaciar sus mentes ni iluminarse. Y están esos que buscan fuertemente la iluminación, no entendiendo que el buscarla y el querer alcanzar la Budeidad son todos pensamientos errantes graves y severos. Uno no puede cocinar arena esperando comer arroz. Ellos pueden buscar hasta el año del burro y todavía no iluminarse. Algunas veces las personas devienen extasiados cuando ocasionalmente cuando ocasionalmente se sientan en meditación pacíficamente un par de veces. Esas situaciones son como una tortuga ciega que su cabeza ha entrado en un pequeño hueco de un pedazo de madera que flota en el medio del océano. Ese no es el resultado de una práctica verdadera. En su éxtasis, esas personas han servido para agregar otra obstrucción.



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

Están esos que habitan en una pureza falsa durante la meditación y disfrutan. Dado que no pueden mantener una mente en paz en la actividad, evitan los lugares ruidosos y pasan sus días empapados en orine o agua sucia. Hay numerosos ejemplos para esto. Para los principiantes, es muy difícil encontrar entrada en el Camino. Si hay iluminación sin atención, entonces es como sentarse en orine o agua sucia esperando morir.

Aunque esta práctica es dura, una vez que entran en el camino, deviene fácil. ¿Cuál es la forma más fácil para los principiantes? No hay nada especial que no sea ser capaz de "apartar". ¿Apartar qué? Apartar las aflicciones que surgen de la ignorancia. Queridos practicantes, cuando este cuerpo de ustedes deje de respirar, deviene un cadáver. La razón principal por la que no podemos apartar es porque le damos mucha importancia a eso. Por eso, hacemos surgir la idea de 'yo' y los otros, de lo correcto y lo incorrecto, del amor y el odio, de la ganancia y la pérdida. Si podemos tener una creencia firme de que este, nuestro cuerpo, es como un cadáver, y no una cosa de importancia o algo para mirarlo como siendo nosotros, entonces, ¿qué hay ahí que no podemos apartar? Debemos aprender a apartarlo en cualquier lugar, en cualquier momento, ya sea si caminamos, estamos sentados o durmiendo, en actividad o en quietud, ya sea si estamos descansando o activos. Tenemos que agarrarnos a la duda del hua-tou internamente y externamente, y externamente ignorarlo todo. Continuamente mantengan esto, calmada y pacíficamente, sin ni siquiera un momento de pensamientos impertinentes, como una larga espada que se extiende en el cielo. Si algo llega en contacto con el borde afilado, será extinguido sin ningún rastro ni sonido. Si uno puede hacer esto, ¿podría todavía estar temeroso de los pensamientos errantes? ¿Qué podría dañarle? ¿Qué es lo que se distinguiría entre el movimiento y la quietud? ¿Qué es lo que podría apegarse a la existencia o al vacío?

Si hay temores de los pensamientos errantes, entonces ya han añadido otro pensamiento errante. Si sienten que son puros, entonces ya son impuros. Si tienen temor de caer en el vacío, entonces ya están viviendo en la existencia. Si quieren devenir un Buda, entonces tiene que saber que es la entrada del Camino. Después, cargar agua y llevar la leña no está separado del Camino. Cultivar y plantar los campos son todas oportunidades Chan (**Ch'an ji**). Practicar el Camino no es limitarse a sentarse con las piernas cruzadas durante el día.

Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

¿Qué dificultades encuentran los practicantes avanzados? Aunque algunos han practicado y practican hasta la emergencia de la duda genuina y poseen ambos, la atención y la iluminación, ellos todavía están sujetos al nacimiento y la muerte. Esos que no tienen atención ni iluminación, caen en el vacío falso. El llegar a cualquiera de estas dos situaciones es difícil. Después de alcanzar este punto, muchas personas no pueden apartarse de eso. Ellas se encuentran paradas en la punta del palo de diez mil pies de largo incapaces de avanzar. Algunos, habiendo progresado hasta esta etapa, teniendo destrezas en la práctica, habiendo evadido situaciones que no pueden resolver, piensan que ya han erradicado la ignorancia. Ellos creen que su práctica ha alcanzado 'el hogar'. De hecho, esas personas están viviendo en la ola de la ignorancia y ni siquiera lo saben. **Cuando se encuentran una situación que no pueden resolver—donde puedan ser su propio maestro—ellas se rinden o claudican/dimiten.** Esto es una pena.

Hay otras que alcanzan la duda verdadera, ganan un poco de sabiduría de la experiencia del vacío, y entienden algunos **gong-ans** antiguos, pero entonces renuncian a la gran duda porque piensan que están completamente iluminados. Estas personas componen poemas y **gathas**, actúan arrogantemente y se llaman a si mismas 'personas virtuosas del Camino'. No sólo se engañan a si mismas, sino que también engañan a los demás y hacen que se equivoquen. Ellos crean un mal karma. En otros casos están esos que equivocan las palabras de **Bodhidharma**, "Al apartarse de las condiciones externas, la mente deviene inmóvil, como una pared, y uno puede entrar en el Camino", o las palabras del Sexto Patriarca, "Cuando no se piensa de la maldad o la bondad, en ese momento ¿cuál es vuestra fisonomía original, Venerable Ming? Ellos piensan que meditar sobre los troncos de los árboles o sobre las piedras es el principio último. Ellas toman la ciudad ilusoria como su palacio del tesoro. Ellos la casa del invitado temporal como su hogar. Esto es a lo que se refiere el gong-an de la vieja que quemó la choza para darle una lección a uno de esos cadáveres vivientes.

¿Cuál es la forma más fácil para esos practicantes avanzados? No tener orgullo y no renunciar en el medio de la práctica. En el medio del enredo continúen la práctica, tienen que ser mucho más refinados. Mientras practican en una forma atenta y cuidadosa, todavía tienen que ser más cuidadosos. Cuando el momento llega, el fondo del barril se romperá/desfondará naturalmente. Si no pueden hacer esto,



Los Fundamentos de la Práctica Chan Por el Gran Maestro Xuyun

entonces encuentren un maestro virtuoso para que le saque los clavos al barril y lo desarme.

Una vez el Maestro Montaña Fría recitó: **“En la cima de la montaña más alta, las cuatro direcciones se expanden hasta el infinito. Sentado en silencio, nadie sabe. La luna solitaria brilla en la primavera fría. Aquí en la posada de la primavera no hay luna. El cielo es superior. Aunque estoy entonando la canción, en la canción no hay Chan”**. Las primera dos líneas de la canción revelan que la apariencia de la naturaleza real no pertenece a nada. El mundo completo está lleno de luz pura y brillante sin obstrucciones. La tercera línea habla del cuerpo verdadero de la Realidad. Seguramente las personas ordinarias no pueden saber esto. Incluso los Budas de los tres períodos no conocen donde yo habito. Por lo tanto, nadie puede conocer el camino. Las tres líneas comienzan con, **“La Luna solitaria brilla en la primavera fría”**, y es un ejemplo de expediente/recurso del nivel de práctica del Maestro Montaña Fría. Las dos últimas líneas se mencionan porque él teme que nosotros “equivocemos el dedo por la luna”. Especialmente nos advierte que las palabras y el lenguaje no son Chan.

10. Conclusión

He hablado mucho e interrumpido vuestra práctica. Es como desenredar las enredaderas. Mientras más se ala, más se enreda. Dondequiera que haya palabras no hay significado verdadero. Cuando los ancianos maestros virtuosos guiaban a sus estudiantes, ni usaban palos ni gritaban. No había muchas palabras. Sin embargo, el presente no se puede comparar con el pasado. Uno no tiene alternativa sino señalar con un dedo a la luna. Después de todo, ¿cuál es el dedo? ¿Cuál es la luna? ¡Investiguen!

Traducido al ingles por el Venerable Guo-gu Bhikshu

Tomado de:

[Zen\Ancestors](#)

[A Buddhist Library – Zen Buddhism](#)

