

## EL SILENCIO DEL BUDA

Los seres humanos hemos conseguido erguirnos sobre nuestras patas traseras y convertirnos en bípedos. Al liberar las patas delanteras las hemos convertido en brazos y en manos hábiles con las que podemos realizar innumerables tareas. Hemos inventado herramientas, utensilios y armas diversas. Muchos investigadores hablan de la relación existente entre la habilidad de las manos y la capacidad de desarrollar un lenguaje tan complejo como el de los seres humanos. Junto al lenguaje hemos creado una forma de pensamiento conceptual muy rica.

La interrelación de estos tres hechos (el paso de cuadrúpedo a bípedo, la habilidad de las manos para crear herramientas y el desarrollo del lenguaje y del pensamiento conceptual) han permitido la evolución de la especie humana y han hecho posible la civilización en la que vivimos actualmente.

El hombre moderno ha alcanzado una gran libertad de movimiento. Se mueve continuamente de acá para allá usando trenes, coches, aviones, autobuses, barcos... Le vemos en la ciudad bajando y subiendo del metro, del autobús o caminando precipitadamente por las avenidas de las grandes ciudades. La actividad es frenética: trabaja, produce y consume riquezas. La libertad de movimiento que el ser humano ha alcanzado en esta época es, sin lugar a dudas, la mayor de su historia.

También se habla mucho. La palabra se ha convertido en el principal instrumento de comunicación. Es utilizada de forma exuberante. En las emisoras de radio y de televisión, por cable, por ondas o vía satélite. En las calles, en las universidades, en los parlamentos, en las familias, en las iglesias, a través de los medios de comunicación escritos. Se habla y se habla. Se escribe y se escribe. Se lee y se lee.

**Y se piensa. Se piensa mucho.** En los países desarrollados la mayor parte de la población está alfabetizada y todo el mundo puede leer, escribir y pensar por sí mismo. Cada uno tiene sus propias ideas. Las nociones y los conceptos bullen en nuestras cabezas. Hemos conseguido elaborar sistemas de pensamiento muy complejos y sutiles. Hemos creado teorías, ideologías, credos...



La mayor parte de la humanidad vive inmersa en una tupida red de **pensamientos, palabras, ideas y conceptos** de lo más diverso.

Todos estos logros nos han facilitado la creación y la construcción de una súper sofisticada tecnología y ésta ha facilitado la creación de las grandes y complejas ciudades en las que vive la mayoría de la población actual. La aplicación tecnológica de la ciencia, basada en el pensamiento abstracto, ha permitido la invención de vehículos cada vez más veloces y cómodos que utilizamos para viajar de una gran ciudad a otra, de un país a otro, favoreciendo de esta manera un inmenso y riquísimo intercambio cultural y humano. Podemos movernos cada vez más rápidamente, más cómodamente a lugares cada vez más lejanos.

Esta libertad de movimiento no tiene precedente en la historia. La pregunta es, **¿para ir adónde?**

**EL HOMBRE MODERNO HA ALCANZADO UNA GRAN LIBERTAD DE MOVIMIENTO QUE NO TIENE PRECEDENTE EN LA HISTORIA. LA PREGUNTA ES ¿PARA IR A DÓNDE?**

Desarrollamos una actividad frenética, pero ¿con qué fin? ¿Cuál es el propósito último?

Esta misma pregunta puede ser aplicada al uso del lenguaje y del pensamiento. Escribimos, leemos, discutimos, damos u oímos conferencias de topo tipo. La información se está moviendo a un ritmo y con una intensidad cada vez más acelerados. No obstante, la incomunicación entre los seres humanos nunca ha sido tan dramática como en los tiempos presentes. Somos expertos en transmitir información, **pero permanecemos comunicados en lo más profundo de nuestra alma.**

El lenguaje conceptual—ambiguo y simbólico—ha aprisionado la conciencia humana. Lo ha enajenado de la realidad inmediata encerrándolo en un mundo simbólico e irreal.

Lo mismo sucede con el pensamiento. La facultad de pensar, es decir, la representación mental de la realidad a través del pensamiento conceptual, ha dejado de ser un poder creador o un medio de supervivencia y se ha convertido en un celoso carcelero que impide el acceso de la conciencia a la verdadera Realidad existencial.

Hemos generado una espesa polución mental fruto de una utilización desmesurada del pensamiento conceptual. Las capacidades de actuar, de hablar y de pensar no son en sí mismas ni buenas ni malas. Sus efectos positivos o negativos dependen de la utilización que hacemos de ellas.

El maestro Zen Sekito Kisen dijo: "La fuente original de nuestras acciones, palabras y pensamientos es clara y pura por naturaleza. Sólo los afluentes se vuelven a veces turbios y fangosos".

### **¿CUÁL ES LA FUENTE ORIGINAL DE NUESTRA EXISTENCIA? PODRÍAMOS LLAMARLA SILENCIO, UN SILENCIO PURO Y LUMINOSO.**

¿Cuál es la fuente original de nuestra existencia? Podríamos llamarla silencio, un silencio puro y luminoso. La **práctica del Zen** nos ayuda a volver a este silencio y a no separarnos nunca más de él. La experiencia del Zen es la del silencio. Este silencio no es solamente ausencia de sonidos. No es un silencio opuesto a los sonidos ni a la palabra, sino la fuente misma de los sonidos y de las palabras. Este verdadero silencio existe siempre aquí y ahora, incluso en medio de la cacofonía, subyaciendo en el corazón mismo del ruido.

La meditación Zen es una manera de retornar al silencio original y de vivir sumergidos en él. Durante zazen la boca está cerrada y la palabra retorna al silencio del que surgió. El cuerpo se inmoviliza y la actividad retorna a la no—actividad original. La mente se sosiega y el pensamiento vuelve a su fuente, el no—pensamiento. El corazón serena su actividad emocional y se sumerge en un estado desprovisto de amor y de odio, de atracción y de rechazo.

De esta forma, los tres afluentes turbios y fangosos de nuestra actividad (corporal, verbal y mental) retornan a su origen y se vuelven claros y transparentes, nítidos, serenos, pacíficos.

Zazen es volver a la fuente original de nuestras acciones, palabras y pensamientos. Sumergiéndonos en esta fuente podemos brotar de nuevo cada día creando una actividad, un lenguaje y un pensamiento siempre nuevo, siempre renovado, limpio, justo y positivo.

La vía del Zen nos enseña a armonizar la actividad y la no—actividad, la palabra y el silencio, el pensamiento y el no—pensamiento. Los



afluentes pueden así fluir sin perder la pureza original de su origen, creando una vida hermosa, una bella sinfonía vital.

La música es el arte de armonizar el sonido con el silencio. La vía del Zen es el arte de armonizar la inmutabilidad interior de nuestro verdadero ser (naturaleza de Buda) con la continua transformación y actividad de nuestro ser fenomenal (karma).

Si bien es cierto que la aparición de la postura erguida, del lenguaje y del pensamiento conceptual supuso un gran paso en la evolución de los seres humanos, también es cierto que la aparición de la postura de meditación en zazen es un paso mucho más importante aún, ya que a través de la práctica de la meditación Zen podemos descubrir la verdadera naturaleza de nuestra existencia, es decir, el verdadero propósito de nuestras acciones, palabras y pensamientos. Zazen nos permite permanecer en continuo contacto con la fuente original de nuestra existencia.

La vía del Zen nos enseña a armonizar la actividad y la no—actividad, la palabra y el silencio, el pensamiento y el no—pensamiento.

El Buda Shakyamuni fue llamado “el Gran Silencio” (**Mahamuni**) a pesar de que enseñó el Dharma a través de sus palabras y de sus actos durante más de cincuenta años. ¿Por qué fue llamado el Gran Silencioso? Porque a pesar de sus palabras, de sus actos y de sus pensamientos nunca abandonó la fuente original del verdadero silencio.

Zazen es fundirse en este silencio original y vivir a partir de él.

Dokushô Villalba  
Prólogo a la obra *Siempre ahora*.  
Ediciones Miraguano. Madrid 2000