

En el Mundo, pero No del Mundo



Tomado del libro 'El Despertar del Buda Interior' por Lama Surya Das

Una de las principales imágenes budistas es el loto, que crece atravesando la superficie del agua y eleva su corola hacia el sol brillante; se halla en el lodo, pero no pertenece a él. Nos solemos imaginar al Buda sentado sobre un loto. De hecho, la posición sentada con las piernas cruzadas y las plantas de los pies vueltas hacia arriba apoyadas sobre los muslos se llama la posición de loto. El loto simboliza la pureza, el desarrollo y la trascendencia; el loto totalmente florido representa nuestra innata naturaleza de Buda desplegada plenamente.

Alcanzar la liberación del deseo y hallarse en el mundo, pero no ser por completo de él, es nuestra responsabilidad. Somos los iniciadores del fuego; somos los creadores de las dificultades; nuestra visión nebulosa y nuestra comprensión limitada crea la dualidad del sujeto y objeto, el que capta y lo captado. Ésa es la razón por la cual la meditación Dzogchen instruye respecto a lo importante que es descansar libremente en el estado natural. Cuando no se desea nada, no existe nada que opere contra nada. No existe el aferrarse a nada; no existe él que se aferra ni nada a que aferrarse. No existen los pasillos kármicos, frotándose entre sí para encender esas fieras pasiones conflictivas; no existe el aferrarse a visiones o sonidos ni a olores, gustos o tactos. Existe únicamente la libre experiencia de las cosas tal como son; sin impedimentos, espontánea, momento tras momento milagroso. Ésta es la gran perfección natural.

Como dijo el Buda: "En el ver existe sólo el ver; no existe nadie que vea ni nada para ver. En el oír, existe sólo el oír; no existe nadie que oiga ni nada para oír." Esto es lo que sugiere el psicólogo budista Mark Epstein en su libro sobre psicoterapia y Dharma Thoughts Without a Thinker. El Buda dijo que en el oír existe sólo el oír; nadie que oiga ni nada oído. ¿Podemos hallarnos así de vacíos, abiertos, vividamente presente y transparentemente claros? La respuesta es que elegimos



no estarlos. El concepto de pensamientos sin un pensador es demasiado atemorizador, particularmente cuando uno es el pensador y se trata de sus pensamientos. Liberarse de la perspectiva dualista requiere un corazón valiente, el coraje que demanda el intento de un guerrero espiritual por lograr la trascendencia y una integración total.

En cierta ocasión cuando Allen Ginsberg se hallaba en Colorado para participar en un retiro de meditación solitario de un mes de duración, le dijo a su lama, Trungpa Rinpoché, que planeaba traer pequeños cuadernos que conservaría cerca de su cojín de meditación para poder anotar el bello haiku que relampaguearía en su mente tras muchas horas de meditación. El lama le contestó: “¿Puedo ver tus cuadernos y plumas?” Cuando Ginsberg le mostró las herramientas de su negocio literario, el lama se las quitó y las arrojó, diciendo que la razón de realizar un retiro y meditar es la de cesar de recoger y de aferrarse a todas aquellas burbujas transitorias de pensamientos. Exhortó a Ginsberg a estar simplemente atento al proceso continuo de atención transparente, en lugar de quedarse atascado reuniendo los restos del naufragio mental y estar continuamente recolocando su contenido en los estuches de la ambición artística.

A Ginsberg le encantaba relatar esta historia, porque todavía continuaba, como todos nosotros, con el mismo apego a exhibir bellas burbujas de pensamiento. Cuando más meditamos, mayor número de ideas parece que obtenemos, ¿no es cierto? No podemos esperar para llegar a casa para contárselo a alguien, escribir acerca de ello, pintarlo, embotellarlo y venderlo. Colonia Samsara, cintas y libros sobre nirvana, discos para iluminarse, tarjetas postales y calendarios. ¡Cerveza Gurú! (En efecto, existe esa marca, hecho en la India.)

El Nirvana, el final de nuestras dificultades, la extinción de este fuego de deseo, se haya en el otro lado de cada instante de deseo, del aferrarse. Ahí es donde entra el gran ‘liberarse’ y donde esto debe tener lugar. Luego, allí mismo se encuentra la paz final; la realización total, la totalidad, el final de todo desear, luminoso y profundo; simple, no complicado; de riqueza insondable, sin fondo y, sin embargo, inextinguiblemente rico. No como esas pequeñas burbujas de pensamiento que estamos continuamente tratando de recoger para tener al menos algo que mostrar por nuestra parte: una pila completa de pequeñas burbujas de pensamiento sobre un cuaderno, ¡gran cosa! ¿Es eso lo único que poseeremos en el ocaso de nuestras vidas; una gran pila de espuma sucia?

Por supuesto que nos gusta la poesía y que amamos todos lo que resulte burbujeante, original y fresco. No obstante todo eso es una bagatela comparado con experimentar la frescura poética absolutamente sorprendente del momento presente, sin tener que anotar, recoger, preservar o fabricar nada. Entonces cada momento nos habla de la verdad.

Según el mismo Buda, el nirvana es simplemente la renuncia a todo deseo, a todo aferrarse, a todo apego. Sin embargo, esto es algo trivial. Cuanto más congruente sea nuestra práctica espiritual, nuestra meditación y nuestra actividad diaria, con la carencia de deseos y el desapego—cuanto menos inflexibles, demandantes, egoístas y codiciosos seamos nosotros—tanto más comenzará a surgir el nirvana, casi viciosamente. Incluso si el nirvana se encuentra aquí, ¡nosotros a veces estamos en cualquier otro lado!

El nirvana está siempre tratando de penetrar a través de las pequeñas grietas que presenta la armadura de nuestro ego. Uno puede ensanchar estas aperturas desprendiéndose de algunas de las defensas y barricadas de la personalidad, de su habitual actitud de aferramiento, repetitiva, de adicción; en resumen, de su condicionamiento psicológico. Cuando realmente nos “liberamos” y nos acostumbramos a vivir en este estado, ese conflicto interno, esa irritación, ese calor de fricción del dukkha se va apagando poco a poco y entonces podemos experimentar cada vez más la paz interna que significa el nirvana. Nos volvemos menos dependientes, menos demandantes, menos complicados, menos dispersos y alienados, menos acelerados, menos necesitados, menos codiciosos. Nos volvemos más sanos, totales, felices, saludables y sabios. Nos sentimos totalmente renovados.

Final del Pasaje del Despertar del Buda Interior
Por Lama Surya Das
Digitado para 'Acharia' por Yin Zhi Shakya

