

Descubrir la mente real

por el venerable Abat Guo Xing

*De una charla ofrecida en el centro de meditación Chan el 13 de febrero de 2011.
Traducido por Echo Bonner y transcrito por Lingyun Wang y editado por Buffe Maggie Laffey.*

La práctica de los métodos de Huatou e iluminación silenciosa son para descubrir la mente real.

Según el Sutra Shurangama, la mente que estás usando en este momento para escuchar mis palabras es en realidad la mente ilusoria, no la mente real. De tal manera que ya pienses que mi charla está bien como que no, todo procede de tu mente ilusoria. Puede que no entiendas ahora lo que esto significa, pero al menos has oído que lo que estás usando es la mente ilusoria. La causa raíz del ciclo del samsara es que los seres vivientes toman la mente que percibe las condiciones (mente ilusoria) como la propia naturaleza. La mente ilusoria siempre incluye una mente discriminativa y fenómenos discriminables, que están hechos de seis objetos: vista, oído, olfato, gusto, tacto y pensamiento. Puesto que los seres vivos toman esta mente que se apega y rechaza como sus mentes, han perdido su verdadera y maravillosa mente del nirvana, la mente original apartada de todo fenómeno.

La práctica de la meditación silenciosa enfatiza: “no te ilumines sobre las condiciones.” Esto significa que:

1. El objeto con el que la mente se relaciona no es la mente real;
2. Las condiciones u objetos de los fenómenos son irrelevantes para la mente real; y
3. La función iluminativa de la mente real no necesita un objeto con el que relacionarse.

No obstante, ya que los seres vivos están acostumbrados a apegarse y discriminar los fenómenos, deben trabajar arduamente para volver a su mente original, inmóvil y sin apego. Cuando la mente está en un estado no-dual, más allá del sujeto y del objeto, se llama iluminación.

La mente real original no es dual. Debido a un único pensamiento no iluminado (ignorancia), las Tres Apariencias Sutiles (ignorancia, el sujeto que ve, y el objeto visto) aparecen. Los seres vivos viven con este modo dual en cada momento de sus vidas. No pueden ver la naturaleza propia en los fenómenos.

En Maestro Shen Yen dijo una vez: “Cuando el iluminado ve, el o ella ven a la vez la naturaleza propia y los fenómenos”. Lo mismo que en un espejo que refleja los objetos, todos los objetos están en el interior del espejo. Si buscas el Dharma fuera de la mente, te conviertes en un externalista, es lo mismo que decir que los objetos en el espejo son objetos externos.

Ahora bien, he aquí una pregunta para vosotros, en este instante estoy hablando sobre el

Darma; ¿Estoy en vuestra mente o fuera de vuestra mente? Respuesta: “Dentro”. Todo el mundo conoce al respuesta estándar. A través de la práctica de la iluminación silenciosa, tendremos la habilidad de ver que las personas y el lenguaje solo son imágenes en nuestra mente. Iluminación silenciosa significa que no nos apegamos ni rechazamos ninguno de los fenómenos que aparecen en nuestra mente. Un estadio en la práctica de la iluminación silenciosa es contemplar de forma total. En nuestra vida cotidiana, cuando interactuamos con la gente, si podemos contemplar la totalidad de todos los fenómenos en nuestra mente, y no nos apegamos a ningún objeto en particular, estaremos contentos con cualquier imagen o sonido que aparezca en nuestra mente sin gustos, sin desagradados o discriminación.

El Maestro Shen Yen habló muchas veces sobre la frase siguiente: “La mente aparece sin morar* en ningún lugar”.

No morar significa que la mente no se apega a ninguno de los objetos de los sentidos, de la misma manera que el sol brilla sobre todo sin discriminación. El sol no le da a algunas personas más luz porque le guste más esta persona, o porque esta persona necesite más calor. De la misma manera no retendrá su luz porque esta persona haya realizado muchos actos incorrectos. ¿Has visto alguna vez un sol así? El sol siempre brilla igual en todas partes sin discriminación. Este es el método Chan que fomenta la escuela Caodong. La conciencia pura es la misma, mientras los fenómenos varían. No obstante dentro de los diversos fenómenos existe también la conciencia pura. Lo mismo que el sol brilla igualmente sobre todas las cosas, la conciencia pura reside igualmente en todos los fenómenos sin aparecer ni desaparecer. La esencia de la conciencia real es inmóvil. Así pues la llamamos tranquilidad. La manifestación de la conciencia real es diversa, móvil, aparece y desaparece. Los seres sintientes, al apegarse a los fenómenos manifiestos, pierden su verdadera mente (vacuidad). El iluminado es consciente de la naturaleza real y de los fenómenos al mismo tiempo.

La práctica de la iluminación silenciosa y del Huatou es volver a la mente original. El proceso del retorno incluye cuatro fases clave: 1) No apego y no rechazo; 2) El vacío de todos los fenómenos; 3) La destrucción de la vacuidad; 4) La manifestación de la verdadera conciencia.

La mente, originalmente no tiene sujeto, objeto, espacio vacío o mundo. Debido a este pensamiento ilusorio el espacio es creado, después continua el mundo, los seres vivos y las contribuciones cármicas. Transcendemos a los seres vivos del ciclo del samsara al nirvana. Transcendemos a los seres vivos desde el ciclo del samsara al nirvana, el cual está más allá de la dualidad, y más allá del espacio. La iluminación es ver la vacuidad es todos los fenómenos, destruyendo el espacio vacío con la presencia de la verdadera conciencia. En ese momento, uno realiza que no hay ningún fenómeno separado del yo, aunque ningún fenómeno es el yo. Lo que precede no es un juego de palabras.

La práctica Chan de la iluminación silenciosa y del Huatou es volver de la mente ilusoria

* establecerse

dual a la verdadera conciencia. ¿Cuál es la diferencia entre los dos métodos? La iluminación silenciosa está basada en el estado de la iluminación, dónde vacuidad y conciencia son inseparables de los fenómenos. El método del Huatou es investigar “¿qué es wu?”. Utilizando el Huatou, es fácil reconocer los fenómenos externos, y dejarlos ir. Se continúa dejando ir hasta que el espacio vacío se ha dejado ir, entonces la verdadera conciencia se manifiesta. Cuando las grandes dudas son destruidas, ya no hay más preguntas sobre cuando y como obtener la iluminación ya que uno está iluminado.

Huatou difiere de la iluminación silenciosa en que Huatou es abandonar los fenómenos, mientras que la iluminación silenciosa está en los fenómenos, abandonando la mente que se apega y rechaza. El linaje del Dharma Drum del Budismo Chan chino lleva ambos métodos, la iluminación silenciosa y el Huatou. El Maestro Sheng Yen consideraba la iluminación silenciosa el método principal, porque este método Chan puede ser fácilmente aplicado en la vida cotidiana y puede relacionarse con el fundamento cuádruple de conciencia en el Budismo Theravada, y con el Mahamudra y el Dzogchen del Budismo tibetano.

No importa qué método se use, todo se trata de la mente ilusoria (desde un pensamiento ilusorio siguiendo el espacio, el mundo, los seres vivos y la contribuciones cármicas) volviendo a la mente original (sin retribuciones cármicas, ni seres vivos, ni mundo ni espacio vacío). La práctica del Chan señala directamente a la mente real, sin necesidad de práctica gradual. Si un maestro Chan te pregunta, y con esta pregunta, experimentas directamente el estado de la iluminación, a esto le llamamos iluminación instantánea. Si has escuchado el Dharma durante 10 o 20 años, y no has experimentado el estado de la iluminación, a esto le llamamos práctica gradual.

Por ejemplo, un maestro Chan pregunta, “¿De dónde vienes?”. Tu respondes, “Vengo de casa”. A esto se le llama práctica gradual. Si tu respondes, “No hay ida ni venida”, entonces el Maestro dice “pretendes conocer la respuesta”. Si le das una patada al maestro, parece como si estuvieras iluminado. Entonces el maestro te devuelve la patada. Después de varias interacciones estará claro si estás iluminado o no. Para una persona iluminada, en cualquier momento, la mente real son los fenómenos.

En suma, los seres sintientes toman las imágenes de su mente como la propia mente real. Algunos practicantes sabían que el maestro tenía el poder de leer la mente, así que tenían mucho miedo de que el maestro supiera lo que estaban pensando, así que tan pronto como veían al maestro, empezaban a cantar el nombre de Buda. ¿Crees que el maestro confundiría tus pensamientos erráticos contigo? Solamente aquellos que tienen el poder de leer la mente, pero todavía toman los cinco escandas como seres vivos espían la mente de otros. No importa si tienes pensamientos ilusorios o cantas el nombre de Buda, los iluminados no los confundirán contigo. La imagen dibujada por la mente no es la mente. La mente de los seres vivos es pura y perfecta. Así, cuando un iluminado vea los seres vivos, ve la pura y completa naturaleza real.

Si piensas que mi charla de hoy es así así, significa que has tomado mis palabras por mí. Comprende que hoy no he hablado de nada en absoluto.