

Los Métodos de Práctica de las Escuelas Chan y Tierra Pura¹

Por el Maestro Sheng Yen

Este artículo está basado en una charla ofrecida en la Universidad Central de Florida del 29 de abril de 1995 y está extraída del libro del Maestro Sheng Yen, *Liberado en la Quietud y el Movimiento*, publicado originalmente en Chino como “動靜皆自在” (Dongjing jie zizai) en 1998. Es uno de un seleccionado número de libros de las obras completas del Maestro Sheng Yen y está traducido bajo los auspicios del Centro Cultural Dharma Drum Mountain, Taiwán. *Liberado en la Quietud y el Movimiento* fue traducido por el venerable Chang Luo y editado por el Venerable Chang Wu y Ernest Heau.

Budismo, Buddhadharma, Estudios Budistas

El Buddhadharma consiste en las enseñanzas dadas por Shakyamuni Buda después de su iluminación e incluyen los conceptos, los propósitos y métodos para alcanzar la budeidad. Después de que Shakyamuni se convirtiera en Buda, compartió con otros su experiencia y sus descubrimientos de la realidad de la existencia y del universo. Estas personas se convirtieron en discípulos que gradualmente formaron un grupo y este fué el proceso del desarrollo del Budismo. Así pues, la forma externa del Budismo incluye la asamblea de creyentes, sus sistemas y reglas de organización y las actividades en las que se embarcan los creyentes. Después de que Shakyamuni Buda entrara en el nirvana, el Budismo sufrió y ganó un seguimiento mundial porque encontró estas condiciones: su fundador tenía un carácter completamente coherente, tenía una base doctrinal teórica muy profunda y sus seguidores tenían altos estándares morales. El Budismo se convirtió en una religión mayoritaria y duradera debido a los tres factores el del fundador, la doctrina y la orden de seguidores.

Los estudios budistas incluyen todo tipo de investigaciones relacionadas con el Budismo y el Buddhadharma y con el pensamiento filosófico, actividades, historia y cultura relacionada con los seguidores budistas, doctrinas y la orden monástica. Los estudios budistas corresponden a la teología en el occidente en el sentido en que esta investigación en la

¹ Artículo original en inglés

<http://chancenter.org/cmc/wp-content/uploads/2019/05/ChanM-Autumn-2016-web.pdf>

doctrina cristiana pertenece al campo de la filosofía. Así pues se puede decir que los estudios budistas son una forma de filosofía enfocada en la investigación del Budismo. No obstante, el ámbito de la investigación budista se está haciendo más amplio y cualquier estudio de investigación relacionado con el Budismo podría ser llamado estudios budistas.



El Budismo, el Buddhadharma y los Estudios Budistas están íntimamente relacionados e inseparables; de otra forma el Budismo no podría haberse convertido en una gran y duradera religión mundial. Desde la perspectiva histórica, cualquier budista que haya hecho una contribución considerable al mundo, debe no solamente ser un estudioso de la religión, sino también un académico, practicante y trabajador social. Esta es la causa por la que el Budismo es todavía importante, popular y bien recibido a escala mundial después de 2.500 años.

Chan y la Tierra Pura Incorporan la Totalidad del Buddhadharma

La palabra china *chan* (禪) procede de la palabra sánscrita *dhyāna*, la cual se refiere a la práctica india de la meditación. “Chan” se convirtió más tarde en el nombre de la escuela Chan en la China. En todas las escuelas o sectas budistas, la meditación es el método común de práctica. Así pues cualquier método budista que puede tranquilizar y purificar la mente y dar lugar a la sabiduría puede ser llamada Chan.

Una tierra pura es este mundo transformado en un estado ideal a través del Budismo. En términos de fé budista, además de la tierra pura de nuestro mundo humano, existe también una tierra pura celeste y tierras puras de los Budas. Entre las tierras puras de los Budas, existen muy diferentes Budas y muy diferentes tierras puras. El aspecto común de las

Tierras Puras es que ahí no hay actos incorrectos ni vejaciones. Por lo que respecta a la tierra pura de la mente, debe ser experimentada en la mente de cada uno.

Cuando yo enseñaba en el sur en los Estados Unidos, el propietario de un hotel que creía en el sueño americano me dijo que administrar su hotel era muy difícil. Yo le dije que eso era muy normal ya que no hay lugar en la tierra dónde no hay dificultades. Su esposa dijo con una profunda mirada que América es exactamente igual que otros lugares; es un mundo Saha con muchas dificultades. ¿Es también muy difícil en la tierra pura de Buda? ¡No, en absoluto! La comida, la vestimenta y los suministros no se necesitan cambiarlos por trabajo. En la Tierra Pura sólo existe el espíritu, más que el cuerpo material; así pues, muchos problemas relacionados con el cuerpo no existen. No obstante, este tipo de Tierra Pura también puede ser experimentado en el mundo humano, cuando nuestra fé es muy fuerte y tranquilizamos y estabilizamos nuestras mentes a través de la práctica.

Chan y Tierra Pura, Ambas Son Estudios Budistas

Las Escuelas Chan y la Tierra Pura están basadas en el Buddhadharma y ambas tienen una larga historia. Cada una tiene sus propias teorías y métodos de práctica y muchos académicos hacen investigaciones en estos temas, de tal manera que se les podría considerar estudios budistas. Cuando algunas personas me presentan a otras, a menudo mencionan que tengo un doctorado. Algunas personas observan: “¿Por qué necesita un monje budista un doctorado?” o “¿Por qué necesita un monje tanta educación?” En realidad ya sea hoy día o en el pasado, cualquier monje o monja que ha hecho una gran contribución era en su mayoría bien educado. Si no hubiera tenido una buena preparación, no hubiera sido capaz de ofrecer una conferencia a una audiencia de intelectuales como la de aquí el día de hoy.

Puesto que el Chan no se apoya en palabras, algunas personas creen que los maestros chan no necesitan formación. Por otra parte, el Sexto Patriarca, el Maestro Hui Neng de la Escuela Chan se dice que era analfabeto. Esto puede que no sea verdad, ya que en su Sutra del Estrado Hui Neng hace referencia de al menos a cinco, seis o más escritos budistas. En cualquier caso, incluso aunque el Sexto Patriarca puede no haber sido un académico, tuvo una comprensión profunda de las escrituras budistas. Y aunque el Chan habla de no apoyarse en las palabras, entre las ocho mayores escuelas del Budismo en la historia china, la Escuela Chan dejó la mayor parte de palabras escritas. Esto es muy interesante.

Alguien podría decir: “Puesto que uno podría renacer en la Tierra Pura del Oeste, simplemente recitando el nombre de Amitabha, no hay necesidad de conocimiento e intelecto en la Escuela de la Tierra Pura. Todos los problemas son resueltos simplemente recitando “Amitabha”. Estas son palabras ociosas de personas ociosas. Hay muchos maestros eminentes de la Escuela Tierra Pura, incluyendo monásticos y laicos que dejaron muchos escritos citando las escrituras para explicar la importancia de la Tierra Pura y métodos fiables de práctica. Además, para comprender muchas de las escrituras de la Tierra Pura, es preciso estudiarlos con los originales en sánscrito. Así pues, en la Escuela de la Tierra Pura hay también un conocimiento profundo.

Aunque tengo un doctorado en literatura budista, no me atrevo a decir que estoy muy versado en todas las escuelas y sectas del Budismo. No obstante, he escrito un libro titulado *La Práctica de la Recitación y la tradición del Renacimiento en la Tierra Pura* (Chino Nianfo sheng jingtu), que puede ser utilizado como referencia.

Los Métodos Chan de Práctica

Los métodos Chan de práctica pueden dividirse en dos categorías principales: La primera práctica incluye métodos tales como Los Cinco Métodos Para Aquietar la Mente, que nos permite estabilizar nuestra mente para alcanzar el propósito de la liberación. La segunda categoría consiste en “investigar el Chan” a través del uso de métodos tales como el *huatou*. La finalidad de estas formas de métodos es destruir nuestra mente ilusoria y deshacernos del egocentrismo, de forma que la sabiduría pueda manifestarse como iluminación. Cualquiera de los métodos Chan que se utilice, primero se necesita relajar el cuerpo, el cerebro y estabilizar la mente antes de que podamos estabilizarnos y tranquilizarnos. A menudo enseño a la gente un sencillo método de relajación, que es ser consciente de nuestra respiración. Esto nos ayuda a aliviar el nerviosismo y las aflicciones. Un sencillo método es suficiente para la vida cotidiana, pero para una práctica más profunda, necesitamos buscar la guía de un maestro.

La Práctica de la Tierra Pura

La Escuela de la Tierra Pura en la cual se recita el nombre de Buda para renacer en la Tierra Pura, es una escuela independiente que se haya solamente en China y Japón. Esta escuela enfatiza la fe, hacer votos y la práctica. Los métodos son dobles: Uno es focalizar la recitación del nombre de buda, el otro es practicar los tres actos virtuosos de generar la mente-bodhi. En la escuela la Tierra Pura, la fe es creer en los votos del Buda Amitabha en los cuales cualquiera que crea y haga el voto de renacer en la Tierra Pura, puede hacerlo. La práctica consiste en recitar de corazón “Amitabha” o “Namo Amitabha”. Se escucha el sonido de la propia recitación del nombre de Buda, la mente volviendo continuamente a enfocarse en el nombre de Buda Amitabha. Esto es similar al método Chan de ser consciente de la respiración.

Además de recitar el nombre de Buda, en este mundo debemos purificar nuestros pensamientos, palabras y obras a través de actos virtuosos puros (de acción, palabra y mente). De otra forma, (incluso con fe y votos) no seremos capaces de entrar en la Tierra Pura. Por supuesto, si nuestra práctica es insuficiente, incluso si somos capaces de entrar en la Tierra Pura del Oeste a través de la compasión de Amitabha y nuestros votos, aún no podremos ver inmediatamente el Buda Amitabha.

Mucha gente cree equivocadamente que la práctica de la Tierra Pura solo requiere la recitación del nombre de Buda, pero también debemos realizar actos caritativos. Además, el espíritu del Budismo es aprender a convertirnos y ser un Buda. Si queremos ser un Buda, debemos empezar con la vía del Bodhisattva, la cual no es trabajar para nuestro propio bienestar, sino para liberar todos los seres vivos. Como resultado, para renacer en la Tierra

Pura debemos que alcanzar la mente-bodhi de beneficiar a los demás. En otras palabras, deberíamos cuidar el mundo humano y al mismo tiempo hacer el voto de renacer en la Tierra Pura del Oeste. Esto es más seguro.



Los Budistas occidentales han aceptado los métodos y conceptos del Chan, pero no les es fácil aceptar la escuela de la Tierra Pura. Esto es debido a que ya están familiarizado con el cielo de la cristiandad, que es comparable a la Tierra Pura de los Budas. No obstante, la manera de pensar de la Tierra Pura que estoy explicando también es aceptable para los occidentales. Recitar el nombre del Buda Amitabha puede ayudar a estabilizar la mente y aliviar el dolor físico; también puede dar lugar a la sabiduría. Con la sabiduría se pueden disolver las

vejaciones, resolver dificultades, conflictos y contradicciones. Así pues, aunque recitar el nombre de Buda puede resultar en el renacimiento en la Tierra Pura del Oeste, no tenemos que recitar el nombre de Buda sólo para este propósito.

Beneficios de Recitar el Nombre de Buda.

Hay una abuela a que no le gusta su nuera porque le falta piedad filial. A menudo regaña a su hijo y a su nuera por sus faltas. Su nuera encuentra esto muy molesto, así que a menudo se queja de su suegra por ser demasiado obstinada y no ser agradecida. Incluso considera echarla a su suegra fuera de casa para que viva sola. Al final, las dos vinieron a verme. Le aconsejé a la abuelita no reñir a su hijo y a su nuera porque cuanto más lo riña, más problemáticas serán las cosas. Le dije que sería mejor que recitara el nombre de Buda Amitabha y cuanto más recitara el nombre de Buda, más sabiduría y mérito tendría. En cuanto a la nuera, también le aconsejé no quejarse de su suegra, sino más bien recitar el nombre de Buda Amitabha. Más adelante, puesto que las dos recitaban el nombre de Buda, vivieron pacíficamente. Aparentemente, recitar el nombre de Buda puede disolver las vejaciones y beneficiar la vida presente.

La última instrucción del “Esfuerzo Común de los Budas” en el Dharma Drum Mountain es recitar el Nombre del Buda Amitabha continuamente. Si utilizamos el tiempo empleado en hablar mal de los demás y embarcarnos en lenguaje ocioso, en recitar “Buda Amitabha”, tendremos buenas relaciones personales, sabiduría y ninguna vejación.

Chan y Tierra Pura Son Ambos Methods Prácticos

Chan y Tierra Pura son métodos prácticos y se pueden obtener de ellos grandes beneficios para el cuerpo y la mente. Aunque mucha gente ha pensado equivocadamente que estudiar

Chan es solamente para la iluminación y si uno no se ilumina, entonces el esfuerzo es en vano. De la misma manera muchos piensan que practicar la tierra pura es solo con el propósito de resolver el problema de la vida y la muerte y que es inútil a menos que se renazca en la tierra pura. En realidad si se practica Chan y la Tierra Pura, se reciben beneficios en esta vida en cualquier momento y lugar. Cualquiera de los dos métodos puede conducir a la iluminación y al renacimiento en la tierra pura. Aquéllos que están iluminados pueden ciertamente renacer en la Tierra Pura. Las personas que desean reencarnarse en la Tierra Pura, pero todavía no están iluminadas también pueden reencarnar en una Tierra Pura y todos aquellos renacidos en la Tierra Pura pueden ciertamente iluminarse.

La Visión del Dharma Drum Mountain

La visión del Dharma Drum Mountain es elevar el carácter de la humanidad y establecer una Tierra Pura en el mundo humano. Esto está relacionado al tema de hoy porque antes de convertirnos en Buda, debemos hacer bien lo que un ser humano debe hacer; y antes de alcanzar la Tierra Pura del Oeste debemos comprometernos en el cuidado de la sociedad humana. El Dharma Drum Mountain usa varios tipos de educación para dirigir el trabajo del cuidado social y al mismo tiempo, utiliza el cuidado de la sociedad humana para realizar el propósito de la educación.

Nuestro mundo humano es un mundo Saha, no una tierra pura; tenemos violencia, crímenes y desastres. Cuando inevitablemente encontramos desgracias, existen causas y condiciones para ayudarnos a crecer y oportunidades para acumular experiencia. No obstante, no debemos preocuparnos solo por nuestra seguridad y felicidad, ignorando la paz y la seguridad de la sociedad; también tenemos que cuidar de los demás. Además, a parte de esperar de ser ayudado por Budas y Bodhisattvas debemos en realidad aprender a ser como ellos, de modo que cuando la gente nos encuentre, les ayudaremos, como si hubieran encontrado un Bodhisattva o un Buda.

Ya sea practicando Chan o Tierra Pura, todos los budistas están aprendiendo ser Bodhisattvas y Budas; de otra forma, uno no puede iluminarse y ver su naturaleza búdica. Es imposible tener éxito en la práctica de la vía de Buda sin compasión y cuidado por los demás y la sociedad. Así pues, tener fe en Buda es aprender a ser como un Buda; Finalmente uno debe hacer que su carácter sea como el de un Buda. Después de todo, el propósito del Budismo es aprender la sabiduría y la compasión de Buda.

El propósito del Budismo es aprender el Dharma como lo enseñó Buda, tales como los métodos y conceptos de práctica del Chan y la Tierra Pura. El Dharma procede de Buda y ha pasado de generación en generación por medio de la Sangha desde la India hasta el día de hoy. Si alguien afirma que no tiene un linaje de transmisión y él mismo es un Buda, esto es cuestionable. Puede ser otra nueva forma de religión, pero definitivamente no es Budismo. Habiendo recibido la transmisión y certificación de mis maestros, me siento feliz de compartir con todos vosotros estos conceptos y métodos de práctica de Buda, ya que son el verdadero Buddhadharma.