

El Dharma de la Mente del Sexto Patriarca¹

Por el Maestro Sheng Yen



Maestro Huineng y Maestro Hongren - Obra por Chien-Chih Liu

En Mayo de 2003, el Maestro Sheng Yen ofreció un retiro Chan de siete días en Moscú bajo la invitación del Grupo Wujimen Martial Arts. Para las charlas de la mañana, la tarde y de la noche, el Maestro Sheng Yen escogió como uno de sus temas importantes las enseñanzas del Sexto Patriarca Huineng sobre la práctica de la “no-forma” tal como se expresa en el *Sutra del Estrado*. (Las charlas del Maestro Sheng Yen durante el retiro fueron traducidas al inglés por el Dr. Douglas Gildow). El texto completo de las charlas del Maestro Sheng Yen sobre el retiro fue publicado de forma seriada en la revista Chan Magazine empezando en la edición de Otoño de 2004. Para esta edición especial dedicada a las enseñanzas de Huineng, hemos recopilado extractos de las charlas, donde el Maestro Sheng Yen habla sobre la enseñanza de Huineng sobre la práctica de la “no-forma”. Los extractos fueron compilados y editados para brevedad por Ernest Heau. (Como quiera que hay mucho que absorber aquí, recomendamos a los lectores tratar este texto como una fuente a la que volver a menudo.)

¹ Texto origina en inglés:

<https://chancenter.org/download/Chan-Magazine/ChanM-Spring-2020-web.pdf>

Conocer las Enseñanzas, Conocer de la Mente

Ya ha pasado un día y creo que la mayoría de nosotros no ha aportado paz a nuestra mente. Estamos teniendo conflicto con nuestros pensamientos erráticos y con nuestros cuerpos. En principio, queriendo liberarnos del yo, hallamos que el yo es todavía importante para nosotros. Empezamos buscando la alegría de la liberación, pero lo primero que encontramos es pena y sufrimiento. Esto prueba que estamos atrapados por el cuerpo y por la mente y que no estamos en realidad en control de nosotros mismos. De acuerdo con las creencias en los tiempos de Shakyamuni Buda, estar completamente liberado significaba convertirse en arhat, trascendiendo el ciclo de nacimiento-y-muerte del samsara y entrando en el nirvana. Tradicionalmente esto sólo podía realizarse si uno era un monje o una monja. Pero para Huineng, cualquiera que practicase de acuerdo con el principio de no-forma podría liberarse. Liberación significaba que uno ya no tenía vejaciones y ya no está influido por el entorno, pero permanece en el mundo para ayudar a otros. Esta es la vía del Bodhisattva (la liberación no requiere ordenación, ni necesitamos abandonar este mundo).

Veamos la idea de forma en relación al tiempo así como al espacio. En el aspecto temporal, cada pensamiento que tenemos es una forma que se relaciona con el pasado, el presente, o el futuro. En los retiros, practicamos abandonar los pensamientos del pasado y del futuro y únicamente mantener nuestra mente en el presente, con el objetivo de abandonar incluso pensamientos de la mente presente.



Maestro Chan Sheng Yen DDM Archive Photo

En el aspecto espacial, las formas se relacionan a uno mismo y a los demás. En otras palabras, todos los seres vivos son formas. Debemos comprender que todo lo que percibimos está cambiando constantemente, es impermanente y sin propia naturaleza inherente. El yo, los demás y los seres vivos son todos objetos de percepción y a sí mismo impermanentes.

Así pues el aspecto temporal de la forma se relaciona con pensamientos del pasado, presente y futuro y el aspecto espacial se relaciona con el yo y los otros seres vivos. No obstante, las formas en el tiempo y el espacio están completamente interrelacionadas y es imposible dibujar una línea firme entre las dos. Pero todas las formas en el tiempo y espacio son impermanentes, lo cual significa que están vacías de naturaleza propia y en último término son sin forma.

Las palabras del Sutra del Diamante “permanecer en ningún sitio, da lugar a (la aparición de) la mente”, significan que debemos realizar, no solamente saberlo intelectualmente, que las formas en el tiempo son transitorias y en último término carecen de naturaleza propia. De la misma manera, las formas en el espacio están también en flujo, impermanentes y carentes de la naturaleza propia. Por estas razones, no nos establecemos formas de tiempo o espacio y no nos apegamos a ellas.

“Da lugar a la mente”, se refiere a la aparición espontánea de la sabiduría cuando no nos apegamos a las formas. Pero la sabiduría en sí misma es una forma, así que no debemos establecernos tampoco en ella, ni apegarnos a ella. En lugar de ello vamos más allá de la sabiduría para realizar la no-mente. Esta no-mente es la no-forma, o in-forme, de la que habla Huineng en el *Sutra del Estrado*.

Veamos ahora la primera línea del verso de Huineng: *El conocimiento de las enseñanzas y el conocimiento de la mente son como el sol en el espacio vacío*. No obstante, para tener el conocimiento, ya sea de las enseñanzas o de la mente, debemos en realidad experimentar el Dharma de la mente. Si podemos dominar directamente el Dharma de la mente, no hay necesidad de estudiar el Dharma de las enseñanzas. Si no es así, debemos empezar con el Dharma de las enseñanzas para, en último término, realizar el Dharma de la mente. En ese momento veremos que el Dharma de las enseñanzas y el Dharma de la mente son uno y el mismo. En otras palabras, utilizamos el lenguaje y los conceptos de las enseñanzas para alcanzar lo que, en última instancia, está más allá del lenguaje y los conceptos.

Hasta ahora, ¿he estado hablando sobre el Dharma de las enseñanzas, el Dharma de la mente, o de ambos? Bien, la respuesta es que mientras utilicemos el lenguaje y los conceptos, sólo podemos hablar del Dharma de las enseñanzas. La escuela Chan tiene un dicho: “No apoyarse en palabras y escrituras”. En otras palabras, el Chan no recomienda apoyarse solamente en el Dharma de las enseñanzas. Pero el hecho curioso es que los patriarcas y los maestros Chan nos han dejado más enseñanzas que cualquier otra escuela del Budismo. Durante treinta años, he estado en todo el mundo diciendo que la mente del Dharma no puede ser pronunciada. Y aún así, el propósito de todos estos escritos y enseñanzas es no apoyarse en palabras.

Realizar la No-Forma

Cuando hablamos de la mente que no permanece en ningún lugar, no significa que nuestra mente no tenga pensamientos en absoluto. No significa que cuando vemos a alguien debemos actuar como si no lo hubiéramos visto, o si oímos algo, como si no hubiera sonido, o si estamos comiendo algo, no percibimos ningún sabor. No, no establecerse significa que somos claramente conscientes de los fenómenos, pero no estamos enredados en ellos; no

estamos atrapados en el deseo, el odio, en gustar y no gustar, en dudas, arrogancia, envidias, etc. Si aparecen estos estados de la mente, entonces volvamos inmediatamente a nuestro método para eliminar tales vejaciones. Este método, incluso si no podemos realizar completamente el no-establecimiento, podemos al menos practicarlo.

Nuestro énfasis en este retiro no es tanto en sentarnos sino en practicar Chan en la vida cotidiana. Por supuesto, cuanto más tiempo podamos sentarnos (en meditación) mejor; pero no nos forcemos. ¿Entonces es verdad que en realidad no necesitamos sentarnos a meditar? ¿Sería lo mismo si nos tumbamos en un sofá o en el suelo para practicar este método? En principio esto es verdad. De hecho, las personas enfermas confinadas a la cama pueden practicar. Pero la mayoría de la gente rápidamente entrará en un sopor y tal vez se duerma. O si no se duerme, tendrán todo tipo de pensamientos erráticos. En lugar de ello, si nos sentamos o nos movemos, podemos ser conscientes del (hecho de) estar sentado o de los movimientos. Así pues, es mejor si durante nuestra práctica podemos percibir el cuerpo. El cuerpo es una herramienta para ayudarnos a entrenar la mente. Sin el cuerpo es muy difícil entrenar la mente.

En el Chan, la vida cotidiana en sí misma es práctica y los maestros antiguos no incitaban a los practicantes a hacer mucha meditación sentada. Huineng no hacía meditación sentada ni tampoco lo hacían algunos de sus famosos discípulos, tales como Huairang y Qingyuan. Esto no quiere decir que no utilicemos nuestro cuerpo en absoluto. Utilizamos el cuerpo como un instrumento para la práctica, pero la meditación sentada no es toda la práctica. Si la meditación sentada se convierte en un ejercicio para entrenar las piernas, entonces es inútil. Pero si utilizamos el cuerpo como un instrumento para entrenar la mente, puede ser muy útil.

Tanto los que no se sientan en absoluto (para meditar), como aquellos que están muy apegados a sentarse, ambos están equivocados. Cuando tenemos la actitud correcta al sentarnos, es una manera relativamente fácil de estabilizar nuestras mentes confundidas. Así pues, sentarse es todavía importante. Si, aún así, durante la vida cotidiana normal podemos mantener una mente tranquila y estable, entonces, cuando suficientes causas y condiciones maduren, uno puede alcanzar la iluminación de esta manera. No obstante, una condición para esta vía a la iluminación es tener una clara comprensión de la vacuidad, del no-yo y de la no-mente. Sin esta comprensión, incluso con una mente tranquila y estable, no podemos iluminarnos.

Para realizar la no-mente y la no-forma, debemos tener una clara y continua conciencia de la mente y las formas. Antes de poder hacer esto, debemos empezar con una mente estable. Con una mente muy ocupada y confundida, no sabemos qué es la mente en sí misma y no sabemos lo que son las llamadas formas de tiempo y formas de espacio. Meramente un conocimiento conceptual de la vacuidad, del no-yo y de la no-mente es de poca utilidad. Esto es solamente conocimiento, no experiencia real.

La vida cotidiana es práctica. No obstante, debido a que la mayoría de las mentes de las personas están confusas, se precisan lugares como las salas Chan para meditar. La mayoría de la gente es incapaz en su vida cotidiana de estabilizar y tranquilizar sus mentes o percibir la verdadera vacuidad de las formas. Aunque no hay duda de que la iluminación inmediata es alcanzable, la mayoría de las personas necesita utilizar el enfoque gradual. No

obstante, incluso en la práctica gradual, existe una condición para entrenar la mente de manera que se pueda conocer y realizar.

Como el Sol en el Espacio Vacío

En la primera línea de nuestro texto “*conocimiento de las enseñanzas*” se refiere al lenguaje y conceptos del Dharma y “*conocimiento de la mente*”, se refiere a la mente del Dharma, o iluminación. Conocimiento de las enseñanzas o conocimiento de la mente son en última instancia una y la misma cosa y para alguien que ha alcanzado este estado, la mente es como “*el sol en el espacio vacío*”. El sol representa la naturaleza de Buda, o vacuidad y así como nada puede obstruir la vacuidad, en el espacio vacío nada obstruye el brillo del sol. En realidad no hay algo llamado naturaleza de Buda. No obstante, al realizar la vacuidad utilizamos las funciones de la sabiduría y la compasión para iluminar la luz del Dharma sobre todos los seres vivos. Así como el sol lo ilumina todo, las funciones de la sabiduría y la compasión pueden también influenciar a todos los seres. El sol de Huineng es pues una analogía de las funciones de la sabiduría y la compasión.

Puesto que no hay obstrucciones para la vacuidad, hablamos del espacio vacío cuya falta de obstrucciones puede llamarse “silencio”. La aparición de esta sabiduría y compasión, como el sol, al realizar la vacuidad se llama “iluminación”. Así podemos decir, que esta línea describe la realización en la iluminación silenciosa. Por un lado el espacio no está obstruido; esto es silencio; por otro lado el sol brilla sobre todos los seres, esto es iluminación. Cuando la iluminación se ha desarrollado hasta su punto máximo, el silencio estará necesariamente presente. Lo inverso también es verdad: Cuando el silencio está en su nivel más profundo, la iluminación también estará presente.

Abandonemos Todas las Formas, Dejemos que los Asuntos se Reposen

Para practicar bien, debemos aprender a relajarnos. Cuando no podemos relajar el cuerpo, también encontramos difícil relajar nuestra mente. Si tenemos expectativas, entonces estamos buscando algo. Si tememos, estamos rechazando algo o bien nos falta seguridad. Esto acaba en nerviosismo y tensión. Estar insatisfecho y tener deseos significa que tenemos una mente que busca y que nos va a poner nerviosos. Así podemos ver que la relajación no se relaciona solamente con los músculos; también involucra nuestros pensamientos, conceptos y emociones. Tenemos que abandonarlos todos para relajarnos completamente. Cuando podamos hacer esto todo el tiempo, ya no tenemos más vejaciones y estaremos en el camino de la liberación.

Después de aprender cómo relajarnos, debemos aplicar dos reglas en nuestra práctica. La primera es: “Abandonar todas las formas”. Las formas pueden ser entendidas generalmente como fenómenos u objetos de percepción. Así que, abandonar todas las formas significa realizar la no-forma.. Así que por favor, abandonad todas las formas. La segunda regla es: “Dejemos reposar todos los asuntos”. Esto significa abandonar todas las preocupaciones mentales y del cuerpo.

Si podemos hacer esto completamente, podremos realizar la no-mente. En este punto, es una forma de hablar, no tenemos nada que hacer; no hay nada bueno o malo, importante o no importante, ni para nosotros mismos, ni para los demás. En ese momento estamos realmente relajados y hemos sido capaces de abandonarlo todo. Por favor, recordad aplicar estas dos reglas.

“Abandonar todas las formas; dejar reposar todos los asuntos.” Cuando tenemos vejaciones, cuando sentimos dolor, miedo, o cualquier tipo de incomodidad, podemos repetir estas reglas como un mantra y recordarnos a nosotros mismos su significado. Si hacemos esto, nuestra actitud y situación mental cambiarán. Así pues, para realizar el Dharma sin forma, el primer paso es abandonar todas las formas. Abandonemos todas las formas una a una, empezando por los pensamientos erráticos, especialmente pensamientos sobre el pasado y el futuro. Abandonar los pensamientos sobre el pasado y el futuro y permanecer únicamente en el presente. Si practicamos la meditación sentados, nuestra mente debe estar sólamete en sentarnos. Lo mismo se aplica para el trabajo, caminar, comer, beber, ejercitarnos, recitar sutras, o hacer postraciones. Experimentemos completamente estas actividades, las sensaciones que las acompañan y seamos conscientes de nuestras reacciones mentales en el proceso. Si podemos abandonar el pasado y el futuro y situar nuestra mente totalmente en el presente, habremos cómo mínimo, renunciado a las formas del tiempo.

Vacuidad del Dharma de la Mente

Cuando estaba todavía en Huangmei, el monasterio del Quinto Patriarca Hongren, Huineng trabajaba en la cocina moliendo arroz. Cómo método de encontrar su heredero en el Dharma, Hongren, que era el abad, pidió a los monjes que escribieran unos versos expresando su comprensión del Dharma. Ninguno de los monjes deseaba hacerlo excepto el monje principal, Shengxiu, quién, mientras los demás monjes dormían, escribió unos versos en los muros en la sala Chan (de meditación). Decían así:

*El cuerpo es el árbol del bodhi,
La mente es un espejo brillante.
Limpiad siempre diligentemente el espejo,
Y no permitáis que se acumule el polvo.*

“*El cuerpo es el árbol del bodhi*” significa que utilizamos el cuerpo como la base a través del cual culminamos la iluminación. La segunda línea, “*La mente es un espejo brillante*”, significa que la mente es como un espejo que refleja lo que hay enfrente de él, sin añadir ningún punto de vista egocéntrico. Si podemos imaginarlo, la mente es como un espejo circular que puede reflejar todo a su alrededor, en 360 grados. El significado de la tercera línea “*Limpiad siempre diligentemente el espejo*” es que debemos utilizar diligentemente los métodos del Dharma para disipar o eliminar las vejaciones y los pensamientos erráticos. La cuarta línea “*Y no permitáis que se acumule el polvo*” dice que debemos trabajar duro para entrenar nuestra mente de manera que no permita que las vejaciones manchen nuestra mente clara, como un espejo.

Así que, por favor, ¿qué os parece?. ¿Expresa este poema la realización de la no-forma?”
¿Demuestra una verdadera comprensión del Dharma de la mente? ¿Si o no?

Audiencia: “No.”

¿Pero expresa ese poema algo bueno? Sí, por supuesto. Los practicantes necesitan comportarse así. De cualquier forma, de acuerdo con el *Sutra del Estrado*, en ese momento Huineng ya había realizado el Dharma de la mente, cuando oyó a alguien recitar parte del *Sutra del Diamante*. Como era iletrado, Huineng le pidió a uno de los monjes que relejera los versos que Shenxiu había escrito en el muro.

Esa noche, después de oír los versos de Shenxiu, Huineng le pidió a uno de los monjes que escribiera unos versos en el muro, al lado de los versos de Shenxiu:

*El bodhi es originalmente sin árbol,
El espejo también está sin pedestal.
Desde el origen no hay ni una sola cosa.
¿Dónde podría acumularse el polvo?*

“Desde el origen no hay ni una sola cosa.” significa que no hay formas reales sustanciales, llamadas “Bodhi”, “naturaleza de Buda” o “vacuidad”. Huineng está diciendo que bodhi no es algo sustancial. La gente a menudo piensa que la iluminación es una experiencia en la cual podemos sentir algo, o descubrir exactamente qué es esta “cosa” que llamamos iluminación. Este es un punto de vista incorrecto, porque la iluminación, o ver la propia naturaleza, es una experiencia de vacuidad. Es la experiencia de los fenómenos como vacíos e insustanciales. La mayoría de las filosofías y religiones de Oriente y Occidente creen en una realidad superior a la cual le dan nombres tales como unidad, o Dios. En realidad, penetramos en esta unidad cuando experimentamos una mente unificada, en la meditación. En Occidente puede llamarse unidad, pero de acuerdo con el Dharma Chan, necesitamos abandonar esta mente unificada. No deseamos pensar que esta mente unificada es la verdad última o más elevada. ¿Pero cómo alcanzamos esta verdad más elevada? Debemos abandonarlo todo y entonces llegaremos al punto de la no-forma o no-apego a todas las formas. Las formas son producto de causas y condiciones. Como tales son cambiantes y no-sustanciales. Existen, simplemente las mentes iluminadas no se establecen en ellas.

Esta idea de la no-forma es diferente de las teorías que postulan una sustancia o una causa original. En contraste, el Buddhadharma defiende la idea de que todo aparece como consecuencia de causas y condiciones y por lo tanto es vacío o sin-forma. Ahora bien, comparemos la vacuidad del Dharma de las enseñanzas con la vacuidad que se actualiza en el Dharma de la mente. A la vacuidad del Dharma de las enseñanzas se llega a través de la deducción lógica, o el análisis y en ambos casos utilizamos la mente para alcanzar la comprensión.

Por otra parte, para tener una verdadera realización de la vacuidad utilizamos métodos tales como la iluminación silenciosa o el *huatou* y cuando nuestra mente alcanza un estado unificado, abandonamos esta mente unificada. No obstante, no podemos simplemente abandonar la mente unificada con solo desearlo; precisamos utilizar repetidamente nuestros

métodos, una y otra vez. Cuando las condiciones en nuestra práctica maduren y encontremos algún tipo de estímulo agudo (algún sonido, palabra, o visión) todas las dudas y preguntas pueden desaparecer repentinamente. O tal vez somos capaces repentinamente de abandonar nuestra ya estabilizada mente y todos los pensamientos se desintegran. Es como si hubiéramos atravesado un capullo de seda en el que hemos estado encerrados. No solamente ha desaparecido el capullo de seda sino que el gusano de seda también ha desaparecido. Somos libres de todas las cargas. Todo existe todavía, pero no hay yo; es decir, no hay apegos ni vejaciones asociadas con nuestro "yo". Esta vacuidad se alcanza a través de la práctica espiritual y es diferente de la vacuidad alcanzada a través del análisis o la lógica.

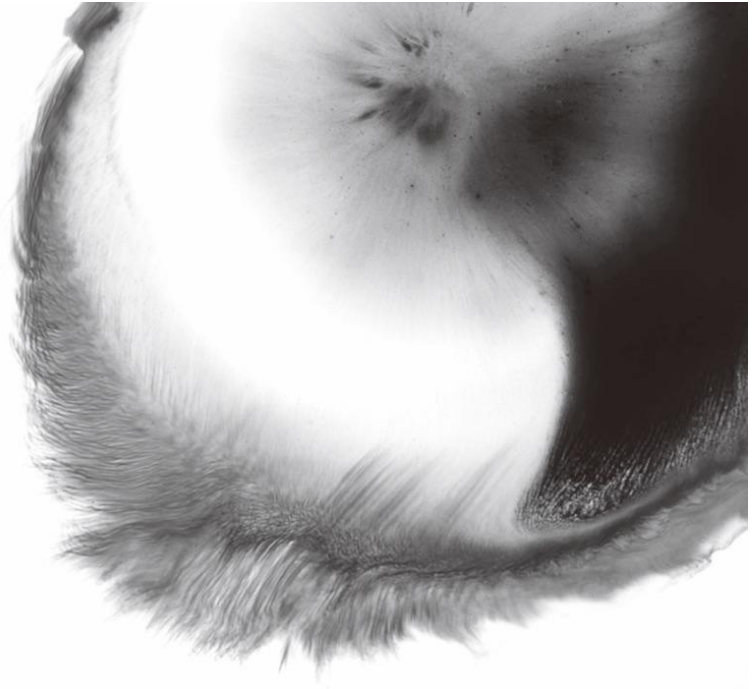


Foto por Ilya Lix

Al ver la propia-naturaleza, realizamos que todos los fenómenos son insustanciales y que el yo siempre ha sido no-existente. En ese momento somos capaces de abandonar todos los apegos. No obstante, tarde o temprano, dependiendo de la persona y de la profundidad de la experiencia, nuestro egocentrismo y apegos volverán. Así pues, es extremadamente importante para la persona continuar utilizando métodos de práctica. Por ejemplo, si estamos en el estadio de observar el *huatou* y continuamos practicando en este nivel, es posible tener experiencias similares y nuestra realización será cada vez más profunda. No obstante, no todas las personas pueden repetir la experiencia de esta manera. Indistintamente de si se puede repetir o no, la experiencia de ver la propia naturaleza es extremadamente valiosa. Aunque uno todavía tiene egocentrismo, muchas vejaciones serán eliminadas. Habiendo experimentado abandonar nuestra propia mente, también desarrollaremos un alto nivel de autoconfianza y nunca volveremos a perder nuestra práctica espiritual. Esta experiencia es como de repente ver por primera vez la luz. Aunque la luz puede apagarse o desaparecer, la persona sabrá lo que es la luz, porque él o ella en realidad la han visto. Algo así sucede cuando alguien experimenta ver la propia naturaleza o vacuidad. Una experiencia superficial de iluminación puede llamarse ver la propia naturaleza, mientras que una experiencia profunda de iluminación puede llamarse liberación.