

Hablando Sobre Sueños mientras Soñamos¹

Por el Maestro Chan Sheng Yen



*Este artículo es de una charla ofrecida en el Monasterio Nung Chan, en Taiwán, el 17 de agosto de 1986. Fue editado por el Venerable Chang Wu y Ernie Heau y está incluido en el libro *Chan and Enlightenment (Chan e Iluminación)* (禪與悟) (Chan Yu Wu, Dharma Drum Publishing, 2014). Los lectores interesados pueden también disfrutar de la narración del Maestro Sheng Yen de su sueño personal publicado en la edición de la primavera de 2014 del *Chan Magazine*, volumen 34, número 2.*

Hoy voy a hablar sobre sueños; sueño de los seres vivos y sueños de los budas. De hecho, los budas no sueñan; más bien se introducen en los sueños de los seres vivos para responder a sus necesidades. Antes de alcanzar la budeidad, los seres vivos permanecen en un estado de ensueño, sin ser conscientes de ello. Así pues, para los budas, los sueños

¹ <https://chancenter.org/download/Chan-Magazine/ChanM-Spring-2021-web.pdf>

de los seres vivos son cómo flores en el cielo y cómo la luna reflejada en el agua, ninguno de los dos son reales. Los seres vivos sueñan sin saber que están soñando, tomando sus sueños como reales y existentes.

Los Sueños de los Seres Vivos

Antes de aprender sobre el Budismo, los sueños de los seres vivos son todos ilusorios; después de aprender Budismo, sus sueños son medio-despiertos y medio-ilusorios. Lo que sueñan las personas corrientes, en su mayoría, entra dentro del siguiente ámbito:

El sueño es claro y diferenciado y permanece claro después de despertar; permanece en la mente sin ser olvidado durante largo tiempo.

El sueño es aparentemente claro y a la vez vago; parece claro mientras se sueña pero es elusivo después de despertar.

El sueño es vago y turbio; requiere grandes esfuerzos y cuando el soñador despierta se siente física y mentalmente fatigado, sabiendo que ha tenido un sueño pero es incapaz de recordarlo.

El sueño es una premonición de algo que ocurrirá en el futuro. Aquellos que tienen sueños premonitorios son más o menos hipersensitivos; no hay nada malo en ser hipersensitivo, pero es fácil para estas personas recibir respuestas de algunos poderes paranormales. Si enfatizan demasiado el presagio de los sueños, tendrán problemas en su vida. Ya que no hay muchos sueños que sean premonitorios, no hay necesidad de hacer muchos aspavientos sobre ellos y buscar una interpretación. Simplemente hay que ser prudente con todo y albergar pensamientos virtuosos y recitar diligentemente el santo nombre del Buda Amitabha o del Bodhisattva Cuanyin y todo irá bien.

En términos de la doctrina Solo-Conciencia de la escuela Yogacara, soñar es una de las actividades de la “aparición independiente del pensamiento-conciencia” (*mano*), que junto con las cinco conciencias de los sentidos, forman las seis conciencias y su función es el pensamiento. De acuerdo con el Yogacara, la conciencia tiene ocho aspectos. Aquellos relacionados con los sentidos de la vista, del oído, del olfato, del gusto y del cuerpo; con sus respectivas funciones, son las cinco conciencias básicas. La función que corresponde al sistema nervioso central del cerebro y que forma pensamientos es la sexta conciencia. La función de almacenar las semillas kármicas y reactivarlas en el nuevo nacimiento es la octava o “conciencia almacén” (en Sánscrito *alaya*). Aquello que hace que la conciencia almacén sea el yo “permanente” es la séptima conciencia.

Si la sexta conciencia genera funciones concomitantes con las primeras cinco conciencias, a esto se le llama “pensamiento-conciencia que aparece en tándem con las cinco conciencias (de los sentidos).” Si la sexta conciencia no se corresponde con las primeras cinco conciencias sino que actúa independientemente, se la llama “pensamiento-conciencia que aparece independientemente”. El pensamiento-conciencia que aparece mientras soñamos se llama “que aparece independientemente en el sueño” y el pensamiento-conciencia que aparece mientras estamos en samadhi “independientemente

aparece en el samadhi". Así pues, si un sueño resulta de presionar una parte del cuerpo, o de estimular ciertos músculos, entonces no es el pensamiento-conciencia que aparece independientemente; entonces, es la función del pensamiento-conciencia que aparece con las cinco conciencias de los sentidos.

Categoría de los Sueños

La mayoría de los sueños de la gente cae más o menos en cuatro grupos:

Cuando uno ha dormido lo suficiente pero no está completamente despierto, es fácil soñar y como el cuerpo está completamente relajado, el sueño es más claro y distinto.

Cuando ha empezado a dormir pero todavía no profundamente y el cuerpo no está completamente relajado todavía, un sueño puede ser caótico, o medio turbio y medio claro.

Cuando uno está despierto pero holgazaneando en la cama, dando vueltas y tapándose para volverse a dormir, es fácil tener un sueño.

Cuando un espíritu o fuerza paranormal aparece en nuestro sueño para predecir algo, lo que uno ve y escucha viene de una comunicación con fuerzas paranormales de fuera.

Cómo se ha mencionado anteriormente, no todos tienen premoniciones, cuando esto ocurre, usualmente es muy claro. No obstante y de acuerdo con la experiencia general, la mayoría de los sueños que ocurren en la primera mitad de la noche no se realizarán; después de haber dormido profundamente el porcentaje de sueños que se realizan es más elevado. Los seguidores del Budismo, especialmente los practicantes Chan, tratarán los sueños como engañosos o ilusorios; incluso si tienen realmente una aparente premonición, no serán perturbados por ellos.

Alguien que sueñe una premonición sabe de antemano algo que todavía no ha ocurrido, pero que ha sido predicho. Por ejemplo, las ratas saben de antemano que va a haber un incendio y las hormigas saben de antemano que va a llover. Dice la leyenda que en Taiwán, un cierto tipo de hierba de hojas anchas puede predecir un tifón, que algunos perros pueden predecir incidentes desastrosos y cosas parecidas. Esto es debido a que antes de que un incidente tenga lugar, las fuerzas kármicas ya han sido activadas, las causas y condiciones ya existen y la



Photo by Charles Deluvio

causa y efecto ya ha madurado; de manera que es imposible evitarlo. En términos fenoménicos, son todas cosas que no han ocurrido todavía; en términos potenciales, ya han sido completadas. En cuanto a aquellos con poderes predictivos, o aquellos cuya conciencia es más sensitiva, o aquellos que tienen relaciones kármicas especiales con un incidente dado, verán en sus sueños las circunstancias del incidente que va a tener lugar.

Poder Mental y Alta Sensitividad.

Por medio de la meditación, se puede también derivar el poder del conocimiento del sentimiento o ver algo de antemano. Cuando en el curso de la meditación nuestra mente se vuelve tan clara y lúcida, con solo algunos pensamientos erráticos, se puede ver u oír de antemano una visión o un sonido antes de que ocurra. Esto no es un poder milagroso, sino una alta sensitividad. Cuando el Venerable Chi Chern de Malasia condujo un retiro chan de siete días en el Instituto Chung Hwa de Cultura Budista, en Beitou, oyó el sonido del carillón antes que el controlador del tiempo lo golpeará para marcar el fin de una sesión de meditación sentados, cómo si el tiempo hubiera transcurrido hacia atrás con la secuencia de los hechos invertida; estando muy sorprendido por ello. Si podemos explicar presagios de esta manera, no hay necesidad de explicarlos con historias mistificadoras, o cuentos sobre fantasmas o deidades; de otra forma estaríamos fomentando la superstición. En realidad, fantasmas y espíritus existen y aquellos con nervios más sensitivos, ciertamente tienen una receptividad aguda, así que es fácil para ellos recibir los poderes enviados por fantasmas y deidades. No obstante, los presagios y las premoniciones no son siempre proporcionadas por fantasmas y espíritus; mientras se tenga un fuerte poder mental, podemos generar este tipo de poder también. Así pues, en los sueños de las personas corrientes tanto los sueños claros como los premonitorios son en su mayoría fenómenos manifestados por sus propias reacciones físicas y mentales.

Los sueños de la mayoría de personas, tal como se ha mencionado anteriormente, son hechos dentro del sueño del samsara. Aquellos que no han trascendido los tres reinos, tienen “sueños de la sección del nacimiento y muerte,” mientras que aquellos que han trascendido los tres reinos, pero que no han alcanzado la Budeidad, tienen “sueños de transformación del nacimiento y muerte”. Por ejemplo, el *Song of Enlightenment (Canto de la Iluminación)* por el eminente Maestro Yongjia dice: “En los sueños existen claramente seis vías para los seres vivos; después del despertar se ve que el gran kilocosmos está completamente vacío”. Este sueño se refiere mayormente al sueño de las vejaciones en la sección de nacimiento y muerte. En otras palabras, los

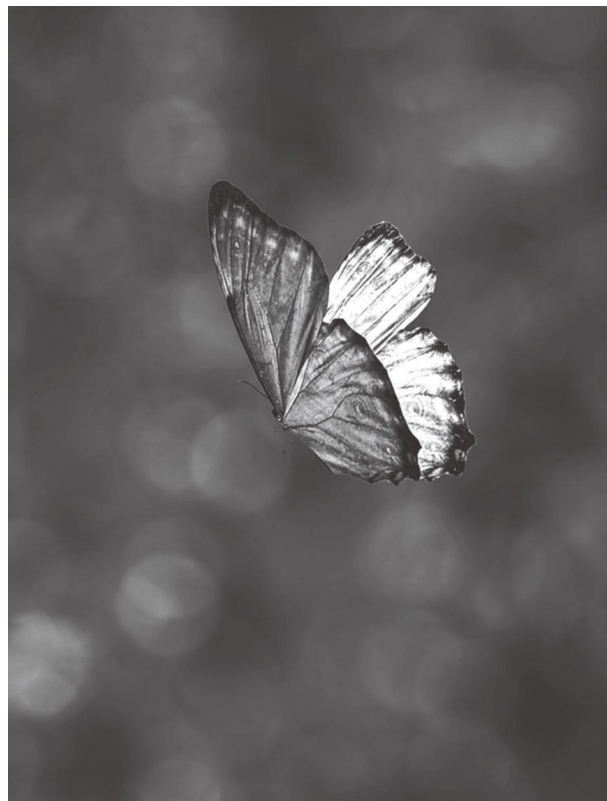


Photo by Aarn Giri

seres vivos entre las vejaciones del samsara están soñando en todo momento y en todas partes. Desde tiempos sin principio, si no van más allá del samsara, tendrán que transmigrar entre los seis destinos de existencia, cómo si estuvieran en una larga y oscura noche que se prolonga, en la que sueñan un sueño horrible tras otro.

Los Bellos Sueños Son Siempre Cortos

Por supuesto, en los tres reinos, también podemos tener ocasionalmente sueños felices, tales cómo nacer en el cielo, o estar en concentración meditativa. No obstante, “una noche placentera en primavera es siempre demasiado corta;” los sueños felices son transitorias y uno se despierta rápidamente. Cuando nuestras bendiciones se han agotado, o cuando el poder de la concentración meditativa se ha acabado, volveremos a la interminable pesadilla del samsara que se prolonga permanentemente. Por ejemplo, el sueño de Zhuang Zhou en el que él era una mariposa y el sueño de disfrutar una acomodada y gloriosa vida en la ciudad imperial de Handan, dónde en un soñador experimenta cincuenta años de vida cortesana en un sueño corto, son todo sueños felices y fantasías. En los anales de Budismo Chino también leemos sobre los sueños que maestros venerados experimentaron durante su práctica espiritual, tales cómo el sueño del Venerable Maestro Xiyun de “ascender al cielo Tusita,” el sueño de Hanshan Deqing de “visitar la tina be baño de Mañjuśrī”, el sueño de Yuen Zhongdao de “recibir la invitación de Yuen Zhonglang, mi hermano menor, de ir a la Tierra Pura del Oeste”, y así sucesivamente.

Estos sueños son todos muy claros y vívidos. ¿Son reales o irreales? Podemos decir que son irreales, ya que todos los sueños son irreales; podemos decir también que son reales, ya que representan los estados mentales de los practicantes; no obstante, una vez que sabemos que son sueños, ya se han ido del estado de ensueño.

El Sueño de Seis Meses

Recientemente, un discípulo laico mío trajo una mujer laica a visitarme. Me dijo así: “Hace algún tiempo, esta dama cayó enferma y fue hospitalizada. Como la enfermedad era rara, los doctores estaban perdidos en cuanto a tratamiento que darle y simplemente intentaron mantenerla con vida dándole inyecciones e introduciendo fluidos nutritivos a través de la nariz, tanto más cuanto que no pudieron encontrar en su cuerpo venas para inyectarla y los tejidos musculares se marchitaron como un nido de hormigas; finalmente cayó en coma y fue declarada por los doctores en estado vegetativo. Así que quedó de esta forma en su cama de enferma. Después de seis meses ocurrió un milagro; salió poco a poco del coma, moviendo su cuerpo y hablando suavemente. No obstante, ella volvió de otro mundo y ya no era la persona que había nacido de sus padres.”

Esta es la historia que esta dama me contó: “Tal como yo lo percibo, esos seis meses fueron un corto periodo de tiempo. Pasé despreocupadamente y llegué un mundo deshabitado y sin temores, donde no había polvo, no había desorden, ni ruido y todas las hierbas, flores y árboles así como el suelo eran de oro, plata, perlas y otras joyas que no podían ser comparadas o descritas con ningún tesoro en el mundo humano; solo sentí que eran muy sólidos, puros y sutiles. Entonces me vino un pensamiento: ¿Por qué no hay fango en este lugar? Me hubiera gustado arrancar una flor y llevármela conmigo. Después

tuvo un segundo pensamiento: Puesto que todo está tan perfecto es absurdo arrancar flores. Así que retiré mi mano. En este mundo deshabitado, sentí una felicidad indescriptible en mí mente. Poco después, abandoné ese mundo de flores y árboles y subí a un montículo. En la cima de este montículo encontré una pareja, un hombre y una mujer. La mujer caminaba delante y estaba aparentemente embarazada. De alguna forma repentinamente tropezó y cayó, así que corrí para ayudarla a levantarse. Mientras tanto el hombre llegó hasta nosotras, así que dejé a la mujer embarazada al cuidado del hombre. Un momento después, flotaba monte abajo despreocupada y desperté. Después de recuperar la conciencia, mi familia me dijo lo que había ocurrido. Sólo entonces supe que había estado inconsciente durante seis meses; no obstante, sólo había sido un momento en mi mente consciente. El sueño fue tan corto; ¿porqué habían pasado seis meses cuando volvía a despertar? Quedé sorprendida a pesar de pensar mucho sobre ello. Así que, Maestro, vine expresamente a preguntarle en qué reino estuvo mi sueño en realidad.



Photo by Difrats Artwork

Yo le dije: “Soy incapaz de interpretar los sueños; no obstante, según lo que he leído en los sutras, su situación fue parecida a la de el nacimiento de un útero en la región fronteriza descrita en el *Sutra de la Vida Infinita* (Skt. *Sukhāvāṭīvyūha Sūtra*), tomando el útero del loto del nacimiento espontáneo como el palacio, el más pequeño de los cuales mide cien yojanas (entre siete y nueve millas) de diámetro y el más grande, quinientos yojana de diámetro. En este gran palacio, durante quinientos años según el tiempo de la Tierra Pura de Occidente, no se ve a Buda, ni se oye el Dharma, ni se ve a ningún bodhisattva o sabios sravakas. La razón de esto es que aunque se haga el voto de renacer en la Tierra Pura de Amitabha uno todavía tiene una duda en su mente. Como resultado, se nace en este palacio solitario.”

¿Por qué fue capaz esta dama de ir allí y volver? Muy probablemente tenía demasiados obstáculos por su apego a los afectos. Aunque cultivó acciones meritorias comprometiéndose en dar y en la compasión, no comprendía el Budhadharma y fue incapaz

de cortar sus apegos. Así pues, no deseando separarse de su marido y sus hijos, volvió al mundo de los humanos. Después ella dijo que después de recuperarse, dió a luz un niño sano para su esposo.

El Sueño Interminable de los Seres Vivos

En este ejemplo, vemos que en el breve tiempo de un sueño fugaz, habían pasado seis meses en el mundo humano. Esto muestra que los sueños placenteros son siempre transitorios. No obstante, también existe la situación en la que un corto tiempo en el mundo humano se traduce en un largo periodo de tiempo, tal cómo el sueño de disfrutar una vida desahogada y gloriosa en Handan. La causa de esto es: habitualmente el estándar de tiempo es calculado sobre la base de la salida y la puesta del sol, así como el funcionamiento biológico del cuerpo; bajo la restricción dual del cuerpo tangible y el entorno, establecemos un estándar común. En cuanto salimos del cuerpo físico tangible y del mundo en que se apoya, el tiempo no tendrá estándares fijos, sino que será largo o corto dependiendo de la percepción de nuestros pensamientos. Cuando hay muchos pensamientos activos, se siente que el tiempo es largo y cuando hay pocos pensamientos activos, se siente que el tiempo es corto.

Así pues, nosotros principiantes en el camino budista hemos estado inmersos en un largo e interminable sueño durante eones, desde un tiempo sin principio y soportándolo con mucho sufrimiento. Tal cómo los sabios, budas liberados y bodhisattvas lo ven, no perciben ningún tiempo en absoluto. La causa es que el tathagata está siempre en concentración sin un momento fuera de la concentración; puesto que no hay acciones engañosas en la concentración, no hay naturalmente un tiempo perceptible. Los seres vivos perciben el tiempo como largo o corto exactamente porque tienen sueños dentro del sueño del samsara.

Ayer, un discípulo mío vino con un aspecto lamentable para aconsejarme diciendo: “¡Maestro! Debe cuidarse mucho, pues la noche pasada soñé que moría. Pensando que el maestro no era suficientemente viejo y no debería abandonarnos tan pronto, estaba tan molesto que grité en voz alta: ‘¿Cómo puede el maestro haber muerto?’. Y entonces desperté llorando.”

Yo le dije: “¡Qué ignorante eres! El maestro en tu sueño murió, pero el maestro fuera de tú sueño no está muerto. No tengo nada que ver con tu sueño.”

Otro discípulo preguntó: “Hay muchas personas que han soñado que el maestro les enseñó y ayudó en su sueño. ¿Tiene esto que ver con Ud., Maestro?”



Photo by Ven. Chang Duo

Yo repliqué: “Es cierto que ellos tuvieron este sueño y fui realmente yo mientras soñaban, pero es asunto de ellos, algo que tiene que ver con su propia mente. Incluso aquellos que no me han visto nunca pueden soñar conmigo. Yo no necesito entrar en sus sueños, aún así puedo ser una parte de sus sueños.”

De la misma manera, los budas, bodhisattvas y aquellos que han alcanzado la liberación saben que los seres vivos sufren cuando viven en el sueño del samsara. Los seres vivos también perciben a los budas y los bodhisattvas entrando en el océano del samsara para llevar a cabo la liberación universal. Pero, no hay necesidad de que los budas y bodhisattvas queden atrapados en el océano del samsara de los seres vivos y sufrir junto con ellos, ya que ellos ya han abandonado el sufrimiento. En lo que concierne a los budas y bodhisattvas, aunque los seres vivos existen en el océano de la naturaleza pura de los budas y bodhisattvas, su existencia cuenta como no-existencia. En lo que concierne a los seres vivos, aunque los budas y bodhisattvas no aparecen realmente en el sueño interminable de los seres vivos, los seres vivos perciben a los budas como reales.

¿Quién Despierta Antes del Sueño Interminable?

Cuando los seres vivos, especialmente practicantes Chan, practican el Buddhadharma después de haberlo escuchado, es fácil para ellos ser conscientes de que están soñando en medio del samsara. Una vez que saben, que están en un interminable sueño del samsara, ya están al borde de dejar atrás tal sueño. ¿Por qué? Porque cuando obtienen el poder de la concentración Chan, es fácil para ellos reflexionar que en el pasado, sus mentes han estado engañadas, dispersas, turbias y vagas, como soñando un sueño ilusorio. Así pues,

mientras obtengan algún beneficio de la práctica del Buddhadharma, verán la vida de la práctica más claramente y les permitirá practicar diligentemente. Si esto está acompañado con la guía de los principios Budistas de no-yo, impermanencia y la vacuidad de la naturaleza propia, etc., serán capaces de despertar por sí mismos de su sueño ilusorio.

Si uno sabe a ciencia cierta que está soñando un sueño sin fin del samsara, uno debe intentar encontrar una manera de salir de él. Y uno deber no solamente salir del sueño del sufrimiento, sino también de la felicidad, ya que es más fácil huir en tiempos felices, mientras que los tiempos difíciles y dolorosos duran eternamente.

Leí sobre un oficial del gobierno con el rango de ministro, cuyas tres generaciones de ancestros tuvieron todos altas posiciones gubernamentales. Alguien dijo: "Este ministro es diferente de la masa de gente. Nació con una cuchara de plata en la boca, con un gran soporte y antecedentes superiores; por lo tanto tiene una carrera fácil y un ascenso meteórico, siendo promovido rápidamente a puestos cada vez más elevados." La mayoría de la gente cree que los jóvenes de sangre azul, de familias acomodadas y nobles llevan una vida lujosa y fácil, desde su infancia, haciendo lo que querían, teniendo una vida afortunada que mucha gente soñara. No obstante, este ministro lo percibe de manera diferente. En una entrevista, dijo que no había nacido para ser ministro. Aunque había tenido comida en abundancia y vestidos y no había sufrido ni hambre ni frío, habiendo nacido en una familia prominente, tuvo que soportar la presión de la familia y la sociedad y el sentido del deber para ejercer todo el esfuerzo. Trabajó duro para su educación; aprender, desde la escuela primaria hasta alcanzar un doctorado en el extranjero, no fue para nada fácil. Después de volver a Taiwán, pasó por diferentes pruebas y tuvo que mantenerse vigilante y cuidadoso en todo momento y lugar. Estas situaciones estresantes y exigentes no son algo que pueda comprender alguien desde fuera.

Esto demuestra que el sueño de la fortuna y la gloria no es necesariamente placentero. Incluso si lo es, cuando uno despierta del sueño, no queda nada. Aún así, no debemos ser poco cuidadosos o despistados antes del despertar. Si no deseamos tener malos sueños, por supuesto debemos preocuparnos en comprometernos en actos virtuosos, tales como el don. Si deseamos tener el sueño feliz de una vida próspera y ascender al cielo, debemos primero cultivar los cinco preceptos y las diez virtudes e incluso la concentración meditativa mundana. Si deseamos despertar del sueño del samsara en los tres reinos, debemos desarrollar sabiduría no egoísta. Así pues, antes de despertar del sueño, debemos realizar bien el "trabajo budista en el sueño". Si podemos evitar en la vida cotidiana las malas acciones, utilizar malas palabras o tener pensamientos incorrectos, podemos estar seguros de que no tendremos malos sueños de noche o mala suerte durante el día y que el día en que despertemos del sueño del samsara no será en un futuro interminable.