



Soy un Buddha que quiere ser un Buddha

La imagen del Buddha la tenemos muy clara y presente, tanto en la versión de esa gran estatua que preside los templos asiáticos, como en la de esa pequeña figurita decorativa que aporta un toque oriental a la sala de yoga o de masajes. Esta imagen tan popular representa para algunos a un personaje histórico concreto: Shiddartha Gautama, para otros es el icono fundamental del budismo: el Buddha Shakyamuni, y para otros señala y recuerda un arquetipo universal: el potencial en cada ser humano del Despertar de la Consciencia.

Sea como sea, la imagen es siempre la misma: un ser humano sentado en la posición del loto y con sus manos en un mudra, relajado y concentrado, en profunda meditación. Y lo que la palabra "Buddha" nos dice es precisamente lo que en esa experiencia está sucediendo: El Despertar, la Iluminación, pues la palabra Buddha originalmente significa "el despierto, el iluminado, el que ha visto claro, el que se ha dado cuenta".

Es aquí donde surge en los practicantes de meditación, y muy particularmente en los caminantes de la Vía del Zen, una duda que merece la pena mirar a fondo, pues es una duda que ha inquietado a todos en algún momento: "si los maestros me repiten constantemente que yo soy esencialmente un Buddha, si eso es lo que insisten en proclamar los textos clásicos, si mi naturaleza búdica es mi cualidad consustancial de origen, entonces... ¿por qué no me experimento como tal? ¿por qué no estoy iluminado? ¿por qué tengo que esforzarme en meditar para conseguirlo? ¿por qué soy un tipo corriente en vez de ser un Buddha radiante?"

La respuesta más habitual, y no por ello menos acertada, es que "buscando ser un Buddha radiante es como oscurezco mi visión y me pierdo de vista; es mi esfuerzo de buscar afuera y de intentar transformarme "en otra cosa" lo que me distrae del reconocimiento de lo que esencialmente ya soy". Como punto de partida esta enseñanza es certera y fundamental, pero podemos además aportar un matiz importante.

Primeramente hay que distinguir entre "serlo y saberlo", pues alguien puede creer ser algo que en realidad no es, y alguien puede ser realmente algo pero no saberlo. Por un prejuicio racista, por ejemplo, yo puedo creer que soy superior a otra persona aunque realmente eso no es así, pero como pienso de esa manera pues maltrato y esclavizo. De forma parecida, simplemente por vergüenza, yo puedo creer que no soy capaz de bailar o de cantar aunque en realidad eso no es así, pero como pienso de esa manera pues ni bailo ni canto. Con mi naturaleza búdica sucede parecido. Yo tengo una fortuna a mi disposición en una cuenta a mi nombre pero no lo sé, así que vivo como un pobre arruinado y mendigando. Soy un rico que vive como un pobre, porque no vivo como lo que soy sino como lo que pienso que soy.

Ser un Buddha no es ser alguien con un cuerpo resplandeciente, un corazón en el que cabe todo el universo y una mente que abraza toda la existencia. Lo creamos o no, eso lo somos todos. Ser un Buddha es despertar a esa realidad, saberla, verla de manera incondicional y ser manifestación viva de ello.

El acontecimiento del despertar no es que uno y la realidad se convierten en algo que antes no eran. Despertar es Ver la Existencia tal y como es. Ver la montaña, el árbol, el pájaro, la impermanencia, el vacío, el origen del sufrimiento, lo que Soy, lo que Es. Buddha quiere decir "el que ha despertado del sueño y ve con claridad". Nuestra Naturaleza Esencial es radiante, sin principio ni fin, perfecta, ilimitada y universal, idéntica en todos nosotros, compartida con toda la existencia, pero solo el que la descubre de verdad la experimenta de verdad, y solo el que la experimenta plenamente la vive plenamente. Todos participamos de la misma Naturaleza Esencial y todos tenemos el mismo potencial de despertar a lo que somos. Por eso todos somos Buddhas. Pero no todos despertamos, no todos vemos claramente esta realidad y la actualizamos en el día a día. Por eso no todos somos Buddhas. La diferencia entre mi maestro zen y yo no es que él tiene naturaleza búdica y yo no; la diferencia es que yo una y otra vez la olvido y él una y otra vez la recuerda.

De alguna manera, soy un Buddha que olvida que es un Buddha, y por eso no vivo como tal. Pero mi Naturaleza Búdica no es algo que "tengo" o que "está" en algún lugar "aquí dentro" sino que Es una fuerza sustancial y dinámica que me constituye desde el origen, desde mi centro y en todas las direcciones, me atraviesa, me impulsa y no cabe en mí. Por eso pide expresión, reconocimiento y realización. Por eso mi buscador no es un exterior buscando un interior sino más bien un interior buscando exteriorizarse. No soy yo el que busca al Buddha sino que es el Buddha el que me busca a mí.

Cuando miro hacia adentro, el Buddha sale hacia afuera. Cuando me siento en zazen, se pone en pie mi despertar. Cuando descubro que la práctica es la actualización inmediata de mi propia Naturaleza Esencial, entonces el zendo, la sala de meditación, deja de ser una "sala de espera para la iluminación" y se convierte en una Sala de Realización de Lo Que Es. Por eso en el zendo aprendemos a no esperar y a no desesperar, a dejar caer la idea del tiempo egocentrado de donde surge la idea de principio y de final, de objetivo, estrategia, control, resultado, juicio y comparación, éxito y fracaso... El zendo es la Sala del Darse Cuenta, respiración tras respiración, directamente, es la Sala del Instante Infinito, el zendo es la sala del Despertar.

A simple vista el zazen parece que es una no-actividad, pero en realidad es una actividad existencial dinámica y profunda de gran fecundidad que actúa en nosotros impulsando el despertar individual y colectivo. Y Esto que actúa en nosotros no es otra cosa que la Naturaleza Esencial, el Buddha Original, que palpita en el corazón de toda existencia. Es a Esto a lo que hacemos gasshō cada vez que nos inclinamos al entrar al zendo o al encontrarnos frente al maestro, frente a nuestra comunidad, frente a la comida o frente a nosotros mismos antes y después de meditar.

El zazen no es un entrenamiento del esfuerzo ni del conseguir, es un entrenamiento del ver y del darse cuenta, es un entrenamiento de la realización. Estamos todas y todos esencialmente preñados de budeidad desde el origen, rompiendo aguas constantemente, sintiendo todo el rato las contracciones, en esta vida, en el día a día, en este mismo instante. Soy un Buddha que quiere ser un Buddha, y que empuja queriendo salir. Un zendo no es una incubadora, es un paritorio. El maestro es alguien que conoce en primera persona la experiencia de parir y por eso ahora hace de comadrona. Zazen no es una gestación, es un alumbramiento. Se trata de dar a luz al Buddha que hay en mí. Verlo y Verme. Abrazarlo y Abrazarme. Serlo y Serme. Y en ese instante, vivir plenamente lo que descubro que soy.