

Budismo Zen (Primera parte)

El Budismo es el nombre dado en Occidente a un movimiento de liberación espiritual

04/09/2008 - Autor: Comunidad Budista Soto Zen - Fuente: Comunidad Budista Soto Zen

El Budismo es el nombre dado en Occidente a un movimiento de liberación espiritual creado cinco siglos antes del comienzo de la era cristiana por Sakiamuni Buda. “Buddha” es un término sánscrito que significa “El que ha despertado”.

Sakiamuni Buda alcanzó esta experiencia de despertar llamada “iluminación” mediante la práctica de una meditación exacta y poderosa, basada en el aquietamiento del cuerpo y de la mente y en una profunda introspección.

Después de su iluminación, Buda Sakiamuni enseñó las Cuatro Nobles Verdades:

1. La Verdad del Sufrimiento. La existencia es sufrimiento.
2. La Verdad de la Causa del Sufrimiento. El deseo, el apego y la ignorancia son las causas del sufrimiento.
3. La Verdad de la Cesación del Sufrimiento. Los seres humanos podemos experimentar un estado de conciencia exento de sufrimiento.
4. La Verdad del Camino hacia la Cesación del Sufrimiento. A este Camino se le llama el Noble Sendero Octuple porque está formado por ocho aspectos:
 - a. Visión correcta.
 - b. Pensamiento correcto.
 - c. Palabra correcta.
 - d. Acción correcta.
 - e. Medio de existencia correcto.
 - f. Esfuerzo correcto.
 - g. Atención correcta.
 - h. Meditación correcta.

Todas las formas de Budismo tienen su fuente original en esta primera enseñanza dada por Sakiamuni Buda en el Parque de las Gacelas de Benarés, poco tiempo después de su iluminación.

La enseñanza del Buda ha aparecido en este mundo para indicar a los seres humanos el camino que conduce desde el sufrimiento a la liberación del sufrimiento.

Origen del Zen

Durante los siglos que sucedieron a la desaparición de Sakiamuni Buda, el Budismo se extendió por toda India y el sudeste asiático. Pronto surgieron divergencias entre distintas maneras de interpretar las enseñanzas originales del Maestro. Se crearon diversas escuelas y

se desarrolló una compleja exégesis sobre el sentido real de lo enseñado por el Buda. Esto produjo una cierta confusión en el mundo budista primitivo. Ante esta confusión, grupos cada vez más numerosos de maestros y monjes budistas decidieron retirarse a las montañas y a los bosques para dedicarse exclusivamente a la práctica de la meditación enseñada por el Buda. Así, de manera poco organizada, fue naciendo la llamada Escuela de Dhyana. Dhyana es un término sánscrito que significa “absorción de la mente” y designa el estado de conciencia propio de la meditación budista. Dhyana se convirtió en *Ch’an na*, en chino. Más tarde la expresión quedaría abreviada en *Ch’an*. Zen es la transcripción fonética al japonés del término chino *Ch’an*.

La enseñanza del budismo zen no está basada en las escrituras, sino que es transmitida de corazón a corazón, de maestro a discípulo, a través de la realización de la propia naturaleza original que tiene lugar gracias a la práctica de la meditación zen.

Breve historia del Budismo Zen

El Zen en India

La historia del Zen comienza en la India. En la época del Buda, el yoga en tanto que práctica de concentración del espíritu estaba ampliamente extendido. En su naturaleza, el yoga va destinado a concentrar el espíritu en un solo punto: la realización de la serenidad a través de la meditación en posición sedente. En realidad, los métodos del yoga se reducían en esta época a privaciones de alimento, ayunos, a ciertos votos como por ejemplo permanecer largo tiempo de pie sobre una sola pierna. A través de esta ascesis y de toda una serie de ejercicios, el yogui se entrenaba a la indiferencia ante los estímulos del exterior y al control del menor movimiento de su propio espíritu.

El Buda practicó este yoga durante doce años desde el momento en el que decidió renunciar al mundo. Visitó a los santos y se entrevistó con grandes eruditos, recorriendo los cuatro rincones del país. Pero, en definitiva, el Buda no consiguió a través del Yoga encontrar respuesta a dos preguntas esenciales: ¿Qué es el hombre? ¿Cómo debe vivir el hombre?

Buda abandonó el ascetismo, se sentó tranquilamente, cruzó las piernas y controló su respiración. Durante el amanecer del octavo día de Zazen alcanzó un nivel superior de conciencia al ver el resplandor de una estrella. Se convirtió en Buda, aquel que se ha iluminado, el que se ha despertado. Buda encontró su verdadera naturaleza en el universo y una regla de existencia para todos los hombres.

El Zen en China

El Zen fue introducido en China por Bodhidharma. Bodhidharma representaba la vigésimo octava generación de discípulos del Buda. China estaba dividida en esta época en estados rivales. El desorden reinaba por todas partes debido al desgarramiento que producía la lucha por el poder. El país se encontraba sometido a los tiranos y ensangrentado por las rebeliones. La dinastía de los Liang reinaba sobre uno de los estados de la antigua China. El emperador Wu-Ti, jefe de esta dinastía, budista ardiente, oyó hablar de Bodhidharma y le recibió en su palacio. A la pregunta de Wu-Ti:

¿Cuál es el principio fundamental del Budismo? Bodhidharma respondió: Un vacío inmenso. Un cielo claro. Un cielo en el que no se distinguen los iluminados de los ignorantes. El mundo mismo tal y como es. Wu-Ti, a pesar de que era un budista ferviente, no comprendió el mensaje de Bodhidharma y este último supo que la hora de difundir el Zen en China no había llegado aun, por lo cual cruzó el río Yang-Tse y se retiró en las montañas septentrionales, en el Templo Shorin. Allí practicó Zazen frente a un muro durante nueve años, algunos afirman que sin interrupción.

El Zen se extendería rápidamente por China seis generaciones después, gracias a Eno (Huei-Neng) considerado como uno de los más grandes Patriarcas del Zen Chino. A partir de Eno nació una flor con cinco pétalos. Esta frase Zen quiere decir que el Zen se abrió como una flor de cinco pétalos y se extendió por todo el país a través de las cinco escuelas que surgieron del linaje del Maestro Eno. Estas escuelas fueron Igyo, Hongen, Soto, Unmon, Rinzai. Por las montañas y los bosques de China se comenzaron a construir millares de Templos en los que vivían miles de personas entregadas al estudio y a la práctica del Dharma del Buda. Con el tiempo, el Zen impregnaría la civilización china elevando su pensamiento, cultura y arte de vivir a cotas sublimes.

De estas cinco escuelas chinas, sólo tres llegaron a Japón: Soto, Rinzai y Obaku (esta última es considerada como una rama de la escuela Rinzai). Las otras dos se extinguirían en China. Sakiamuni Buda Bodhidharma.

Zen en Japón

En Japón sólo las escuelas Rinzai y Soto alcanzaron una implantación importante, la primera debido a Eisai y la segunda a Dogen y Keizan. La tradición Rinzai está basada en una disciplina estricta destinada a desarticular las creaciones mentales. El Koan o pregunta enigmática de difícil resolución adquiere una gran importancia y su resolución, más allá del intelecto, conduce a la experiencia del Satori y Despertar.

La Tradición Soto quiere antes que nada concentrarse sobre la Vía del Buda, es decir, seguir la vida cotidiana del Buda, avanzando continuamente en la realización gracias a la práctica diaria, sin esperar nada especial. La esencia del Soto es Shikantaza, sentarse, solamente sentarse.

Con el Maestro Dogen (1200-1254) la tradición Soto y la esencia misma del Budismo alcanzan un grado de madurez y precisión difícil de encontrar en otras épocas. Su obra maestra, el SHOBOGENZO es una pieza imprescindible para comprender el Budismo y la esencia de toda la civilización oriental.

El Zen ha ejercido una influencia profunda en la vida cotidiana del pueblo japonés. Esta influencia puede apreciarse en cualquier aspecto de la vida japonesa: alimentación, vestidos, pintura, caligrafía, arquitectura, teatro, música, jardinería, decoración, etc.

Aún hoy día, a pesar de que muchos japoneses no saben qué es el Zen, en sus comportamientos y manifestaciones puede verse la impronta dejada en el alma japonesa por esta enseñanza.

El Zen en Occidente

Hace relativamente poco tiempo que los occidentales hemos comenzado a mostrar interés por el Zen y a practicarlo con interés y constancia sinceros.

En América del Norte, el Zen fue conocido a principios de siglo, especialmente en la costa oeste, adonde junto con la importante inmigración japonesa llegaron los primeros monjes Zen. Después de la II Guerra Mundial, debido a la ocupación americana del Japón, muchos americanos entraron en contacto directo con la tradición Zen japonesa e importaron a su país un gran número de libros y experiencias. Por esta época, coincidiendo con la llamada beat-generation, D. T. Suzuki comenzó a publicar un importante trabajo de erudición sobre el Zen y sus libros se hicieron muy conocidos en Estados Unidos y en Europa, especialmente en Gran Bretaña, Alemania y Francia. Pero sólo con la llegada de verdaderos maestros Zen japoneses comenzó a asentarse en Occidente los principios básicos del Budismo Zen. En Estados Unidos, Shunryu Suzuki Roshi creó un importante centro en San Francisco, desde el que sus discípulos continúan desarrollando un trabajo serio de práctica y difusión basado en el modelo de la vida monástica Zen, pero ampliamente abierto a los practicantes laicos. Actualmente, más de veinte centros y tres monasterios dependen de los sucesores de Suzuki Roshi.

En Los Angeles, Maezumi Roshi hizo famoso el Centro Zen de Los Angeles (ZCLA) y su figura ocupa un lugar destacado en la historia del Zen en América. En Europa, Taisen Deshimaru Roshi, fallecido en 1982, es considerado unánimemente como Primer Patriarca Soto Zen de Europa. Tras quince años de misión, sus discípulos están repartidos por todo el continente, en tanto que responsables de más de cien centros Zen. En la época actual, se puede decir que todas las principales capitales europeas cuentan con un Dojo Zen destinado a la práctica de Zazen.

Podríamos ver en la historia reciente del Zen en Occidente tres fases bien marcadas: Llegada de eruditos y libros Zen japoneses. Interés inicial en ciertos círculos intelectuales de Occidente.

Llegada de Maestros Zen japoneses. Se inicia el contacto real con la transmisión Zen y con la práctica. Aparecen los primeros monjes Zen occidentales. En esta fase nos encontramos ahora.

Un punto importante que debe ser comprendido es el gran valor de la verdadera transmisión del Dharma budista Zen. Esta transmisión sólo puede producirse de un Maestro autentico a sus discípulos. Este es el Zen que seguimos en nuestra Comunidad. Por eso, no nos ocupamos aquí de ciertos movimientos llamados Zen que han surgido en Occidente, totalmente ajenos a la transmisión y que utilizan algunos aspectos prácticos, estéticos o filosóficos del Budismo Zen, adaptados a intereses personales, ideológicos o religiosos. A pesar del gran interés que estos movimientos tienen desde un punto de vista sociológico o cultural, es importante saber que estos movimientos no pueden transmitir la verdadera enseñanza Zen. Por otra parte, podemos encontrar también en Occidente seguidores de distintas escuelas Zen, tales como la Rinzai o la Coreana del Maestro Souh Sam Nim. Estas escuelas también están realizando una importante labor.

Dogen Zenji

Nuestro agradecimiento a la Corporación de estudiosy artes Orientales 'Zen Kitaido' por esta maravillosa obra.

Webislam