

*Raquel Bouso*

ZEN

FRAGMENTA EDITORIAL

Título original	EL ZEN
Publicado por	FRAGMENTA EDITORIAL, S. L. L. Plaça del Nord, 4, pral. 1.ª 08024 Barcelona www.fragmenta.es fragmenta@fragmenta.es
Colección	FRAGMENTOS, 15
Traducción	RAQUEL BOUSO
Primera edición	NOVIEMBRE DEL 2012
Producción editorial	IGNASI MORETA
Producción gráfica	INÈS CASTEL-BRANCO
Impresión y encuadernación	ROMANYÀ VALLS, S. A.
© 2008	RAQUEL BOUSO GARCÍA por el texto
© 2012	RAQUEL BOUSO GARCÍA por la traducción del catalán
© 2012	FRAGMENTA EDITORIAL por esta edición
Depósito legal	B. 30.503-2012
ISBN	978-84-92416-64-6
 <b>institut ramon llull</b> Lengua y cultura catalanas	La traducción de esta obra ha contado con una ayuda del Institut Ramon Llull.
	PRINTED IN SPAIN
	RESERVADOS TODOS LOS DERECHOS

## ÍNDICE

<i>Abreviaturas</i>	7
<i>Introducción</i>	9
<b>I LA PRÁCTICA DEL ZEN</b>	17
1 <i>Zazen</i>	17
2 <i>Sanzen</i>	23
<i>Koan</i>	26
3 <i>Samu</i>	31
<b>II LA FORMACIÓN DE LA TRADICIÓN</b>	35
I Aproximación a la historia del buddhismo zen	35
<i>India: las bases doctrinales</i>	35
<i>China: los orígenes del chan</i>	39
<i>Bodhidharma: la enseñanza al margen de las escrituras</i>	41
<i>Huineng y el despertar repentino</i>	43
<i>Linji y el hombre verdadero sin rango</i>	47
<i>Las Cinco Casas, las Cinco Montañas y los Diez Templos</i>	49
<i>Sincretismo y declive</i>	51
<i>El buddhismo son en Corea</i>	52
<i>Japón: el zen echa raíces</i>	55
<i>Dogen: sentarse y abandonar cuerpo y mente</i>	57
<i>La Cultura de las Cinco Montañas</i>	59
<i>Ikkyu y el zen Rinke</i>	60
<i>Transformación del zen en la era moderna</i>	61
<i>La escuela Obaku</i>	62
<i>Bankei y Hakuin</i>	62
<i>El zen desde el período Meiji</i>	64

2	El zen y las artes	67
	<i>La vía de las flores (kado) y los jardines</i>	73
	<i>La vía del té (sado)</i>	77
	<i>La vía de la escritura (shodo) y de la pintura</i>	80
	<i>La vía poética: haiku y renku</i>	82
	<i>Las artes escénicas: teatro No</i>	83
	<i>La vía marcial (budo)</i>	85
<b>III</b>	<b>LA VISIÓN ZEN DEL MUNDO</b>	<b>87</b>
1	Palabras y silencio	87
2	Forma y vacuidad	95
3	Liberación y vida cotidiana	102
<b>IV</b>	<b>EL ZEN EN EL MUNDO CONTEMPORÁNEO</b>	<b>111</b>
1	Arte y contracultura	118
2	Filosofía y ciencia	121
3	Psicoterapia	124
4	Diálogo interreligioso	127
	<i>Cronología</i>	133
	<i>Celebraciones</i>	137
	<i>Glosario</i>	139
	<i>Bibliografía comentada</i>	147

## ABREVIATURAS

- C. coreano
- Ch. chino, transcrito en *pinyin*
- J. japonés, transcrito según el sistema Hepburn simplificado
- P. pali
- S. sánscrito

## INTRODUCCIÓN

DE LAS TRADICIONES espirituales asiáticas, el zen seguramente es, junto con el buddhismo tibetano, la más conocida en Occidente. Durante la década de los sesenta del siglo xx, a raíz del gran interés que suscitó, sobre todo en Estados Unidos, se llegó a hablar de moda cultural: mientras algunos lo veían como una posible salida a una crisis personal o epocal, otros observaban con suspicacia las contradicciones inherentes a la aceptación entusiasta y acrítica de un tipo de pensamiento oriental ajeno a la mentalidad occidental. Pronto proliferaron publicaciones, académicas y de divulgación, y se desencadenaron múltiples reacciones artísticas y culturales, ya que, al margen del ámbito más propio de la teología o, en particular, del diálogo interreligioso, fue en los campos de la filosofía, la psicología, la literatura y el arte donde más se manifestaron los efectos de este encuentro intercultural. ¿Qué razones explican la fascinación que ejerce el zen en el mundo occidental? ¿Son las mismas que han mantenido viva esta tradición secular en los países asiáticos?

Desde la antigüedad, los europeos tuvieron conocimiento, esporádico y más o menos fidedigno, de las prácticas y creencias religiosas asiáticas, pero no es hasta finales del siglo xviii y principios del xix cuando se empieza a manifestar una considerable atracción por Oriente, particularmente

centrada en la India y encabezada por algunos intelectuales románticos alemanes, muchos de los cuales eran miembros de sociedades secretas vinculadas al esoterismo. El interés decayó enseguida y únicamente se mantuvo en círculos eruditos restringidos, en cuyo seno nacieron los estudios orientales, hasta que a finales del siglo XIX resurgió ampliamente, esta vez de la mano de una entidad ocultista, la Sociedad Teosófica. No es hasta entonces que se puede hablar propiamente de un encuentro histórico con Oriente, porque hasta aquel momento no se contaba con un conocimiento preciso del otro ni con la transmisión social de un descubrimiento individual que hiciera nacer una memoria colectiva.<sup>1</sup> Estas condiciones se dan a finales del siglo XIX y se prolongan en el XX, cuando una serie de iniciativas hallan un terreno idóneo para ser acogidas en la insatisfacción de amplios sectores de la población occidental ante el dominio del materialismo y del racionalismo científico, de un lado, y el alejamiento de las instituciones eclesíásticas tradicionales, del otro.

En concreto, en lo que respecta a la introducción del zen en Occidente, un acontecimiento sin precedentes fue la participación del maestro zen japonés Soen Shaku en el Parlamento de las Religiones celebrado en Chicago en 1893. Con todo, la labor más significativa de divulgación del zen fue realizada por su prolífico discípulo Daisetz T. Suzuki (1870-1966), quien permaneció once años en Estados Unidos para colaborar con el editor Paul Carus en la traducción de textos sagrados asiáticos. A la luz de los testimonios que nos han llegado sobre la personalidad de Suzuki, podemos decir que

<sup>1</sup> Cf. Frédéric LENOIR, *El budismo en Occidente*, Seix Barral, Barcelona, 2000, p. 14.

no fue únicamente el exotismo del tema lo que atrajo a un gran público a escuchar sus conferencias o leer sus libros; más bien fue su carisma lo que dejó una impresión indeleble en aquellos con quienes estableció contacto. Suzuki abrió en gran medida el camino de la difusión del zen a otros estudiosos y maestros zen, motivo por el cual su aportación ha sido fundamental en la historia de la recepción del zen en Occidente y también en su propio país de origen.

Así lo recordaba, en un contexto bastante diferente, en el año 2003 el filósofo japonés Shizuteru Ueda, profesor emérito de la Universidad de Kioto, ante un auditorio lleno de universitarios en Barcelona. A principios del siglo XXI, el legado de Suzuki está siendo valorado críticamente, revisado y ampliado. Los materiales sobre el pensamiento asiático son progresivamente más abundantes y variados, y cada vez es más conocido directamente en las lenguas originales en que se expresa. En cada vez más lugares de todo el mundo es posible encontrar centros donde aprender y practicar las técnicas de meditación zen. Algunos términos de esta tradición resultan ya familiares al público en general, y la propia palabra *zen* es utilizada con frecuencia en la publicidad. Y, sin embargo, tal como hacía Suzuki unas décadas atrás, Ueda ha tratado en numerosas ocasiones de acercar a sus oyentes europeos el todavía desconocido mundo del zen. Esta distancia y desconocimiento también se dan en la China actual, donde su presencia es discreta, o en el mismo Japón, donde la tradición se ha mantenido ininterrumpidamente desde sus inicios. También allí muchas personas, como el mismo Ueda, han entrado en contacto con el zen a través de las obras de Suzuki, aunque en su caso llegó a conocerlo personalmente, un encuentro que —afirma— marcó su vida.

De hecho, debido a que el zen se constituye fundamentalmente alrededor de una experiencia peculiar de la realidad, es a través del testimonio que puede dar una persona viva, o mejor aún la propia búsqueda existencial de cada uno, la mejor forma de acercarse al zen. No obstante, sea cual sea la manera como se produzca el encuentro con el zen, o la huella que deje en la propia vida, quizá lo único imprescindible para aproximarse a él sea la disposición a escuchar lo que esta antigua forma de sabiduría tiene aún hoy el poder de comunicar. Seguramente, en la actualidad, la pregunta no es tanto la que se hacían en el siglo pasado de si el hombre occidental, depositario de una tradición religiosa monoteísta y de un pensamiento lógico que ha sentado las bases de la ciencia moderna, es capaz de acoger una visión del mundo de carácter aparentemente «irracional» o «místico» como la zen. Hace ya tiempo que los países asiáticos se afanan por absorber la ciencia y la técnica de origen occidental y por construir modernas sociedades de consumo, mientras que Occidente ha incorporado ciertas formas de sabiduría orientales. La ciencia se ha convertido en un patrimonio común que no conoce fronteras, y la espiritualidad se demuestra como una dimensión incontestable e irrenunciable del ser humano. Si carecemos de motivos para considerarlas mutuamente excluyentes, quizá la pregunta más relevante ahora sea si el ser humano, en su conjunto, es capaz de dirigir su conocimiento y su acción no a establecer formas de dominio sino de convivencia respetuosa, y si ello es posible sin una vida espiritual plena.

Sin duda, el zen tiene mucho que ofrecer en este sentido, pero, además, esta pregunta sitúa en un segundo plano viejos debates que ven un conflicto insoluble entre la razón y la fe, la acción y la contemplación, el exclusivismo y el

sincretismo, o en la definición misma del zen como religión o filosofía. Intentar situar el zen en relación con categorías como estas continúa siendo, sin embargo, una cuestión hermenéutica de primer orden, ya que cuando nos enfrentamos a una producción cultural diferente de la propia conviene empezar por aclarar desde qué posición se interpreta, a partir de qué categorías y desde qué premisas. El zen no encaja en una definición restrictiva de religión en la medida en que rechaza ser asociado a cualquier tipo de dogma, fe, creencia u objeto de culto particular, y su punto de vista trasciende la oposición entre sagrado y profano. A pesar de contar con sus propios templos y monasterios, preceptos y ritos, escrituras e imágenes, el zen es conocido por la irreverencia que en ocasiones hace ostensible. Tampoco se puede tildar de filosofía en un sentido estricto, puesto que no se interesa por demostrar sus principios con teorías o argumentos bien fundados racionalmente, no ha elaborado un pensamiento sistemático y, pese a su carácter «iconoclasta», contiene un claro aspecto devocional. Aun así, no se trata tanto de que no sirvan categorías ajenas para definirlo, sino de que el zen evita ser clasificado o circunscrito, porque uno de los aspectos que más claramente pone de manifiesto es que para comprender realmente algo, debe ser experimentado por uno mismo: no bastan las explicaciones de segunda mano o las ideas preconcebidas. Cualquier denominación es vista por el zen como una limitación, pues, incapaz de dar cuenta de la realidad en su complejidad y diversidad, no hace sino detener el flujo de vida que la recorre.

A pesar de ello, para evitar caer en una excesiva mistificación o cerrar toda posibilidad de diálogo con esta tradición, se puede tratar de comprender el legado del zen en sus pro-

pios términos, en su contexto y desde la conciencia de que en el intento proyectaremos inevitablemente nuestros prejuicios culturales. Y en esta tentativa de aproximación, lo primero que se puede constatar es que el zen nació y se ha desarrollado básicamente en el seno del buddhismo.

El buddhismo surge como una escuela de espiritualidad o un movimiento religioso en la India en las cercanías del siglo v a. C. El camino que propone sigue las enseñanzas atribuidas a un personaje considerado histórico que habría vivido entre aproximadamente el 559 a. C. y el 478 a. C., conocido como el Buddha, *el Despierto*. Según la tradición, Siddharta Gautama, Shakyamuni, impulsado por un anhelo de conocimiento, renunció a su familia y a su vida acomodada. Tras recibir las enseñanzas de varios guías espirituales y practicar un riguroso ascetismo, decepcionado ante la inutilidad de sus esfuerzos, habría decidido sentarse bajo un árbol esperando hallar respuesta al enigma sobre la existencia que le inquietaba. Hasta su muerte se dedicó a compartir con los demás lo que experimentó entonces y a mostrarles el camino para alcanzar su propia comprensión.

Aquí hallamos dos dimensiones, autorrealización y enseñanza, que confluyen en la idea tradicional india de *Dharma*. Esta palabra sánscrita sería el equivalente más cercano a lo que entendemos normalmente por religión, si bien vista como una verdad eterna y universal no reservada a una religión en particular, de la cual el *Buddha-dharma* sería únicamente un aspecto. De hecho, el buddhismo aparece como una vía heterodoxa, junto con el jainismo, ante el elitismo y el anquilosamiento ritual y doctrinal de la tradición brahmánica que más tarde será conocida bajo la designación de *hinduismo*. Tras la muerte del maestro, los seguidores de Buddha,

organizados en una comunidad de carácter monástico, empezaron a fijar sus enseñanzas con el fin de preservarlas y difundirlas, y a medida que iba ganando prestigio como institución aumentaba el peligro de estancamiento, contra el cual el zen se presenta como un revulsivo. El zen hace suyo el inconformismo de Buddha hacia las formas establecidas y la búsqueda de una propia: la persona ejemplar —sostiene— es abierta y no conoce la parcialidad; si se limitara a una sola forma dejaría el resto inexplorado y, en consecuencia, sería incapaz de adaptarse a cada nueva situación.

Los orígenes del zen se sitúan en la China del siglo VII. Los debates y discrepancias en torno a cómo interpretar y vivir las enseñanzas de Buddha, así como la expansión hacia territorios cada vez más alejados del núcleo original, derivaron en la distinción de tres grandes corrientes diferentes de transmisión de la doctrina: *theravada* (‘escuela de los antiguos’), influyente en el sudeste asiático (Sri Lanka, Myanmar, Camboya y Tailandia); *mahayana* o el ‘gran vehículo’, extendida por China, Vietnam, Corea y Japón, y *vajrayana* (el ‘vehículo del diamante’) o *tantrismo budhista*, con una gran presencia en el Tíbet y Bután y, en menor medida, en Mongolia, Manchuria y Japón. El zen surge dentro de la corriente *mahayana*, aunque también ha ejercido su influencia en áreas donde predominan otras formas de buddhismo.

Desde sus inicios, el zen remite a la experiencia original del Buddha como modelo para todo aquel que se aventure en la búsqueda de lo que considera primordial: el conocimiento de uno mismo. Se funda y se articula en torno a una experiencia, interior e individual, de autoconocimiento, desde el convencimiento de que todo ser humano puede experimentar el despertar del Buddha, es más, puede llegar a

ser Buddha, e invita a quien lo desee a validar esa creencia por sí mismo. La experiencia del despertar no pertenece, por este motivo, a un tiempo o a un lugar determinados, si bien cada vez que se realiza se da en un tiempo y en un lugar concretos, que condicionan necesariamente el modo en que la comprenderá quien la ha vivido.

Por tanto, en las páginas siguientes proponemos, tal como sugirió el propio Suzuki, tomar en consideración la experiencia zen a partir de las diversas maneras en que se ha expresado en la historia y que la diferencian de otras escuelas budhistas, religiones y sistemas de pensamiento. Empezaremos por explorar el lugar de la experiencia, las condiciones que la hacen posible. A continuación veremos las mediaciones que han permitido articular las diferentes comprensiones de este tipo de experiencia: según se han manifestado en el tiempo (la formación de la tradición) y desde el punto de vista de su significado filosófico y religioso (la visión del mundo en que se inscribe la singular experiencia zen de la realidad y la manera en que es comunicada). Por último, examinaremos las transformaciones recientes y los diversos campos que, aun siendo en un principio ajenos a la tradición, se han hecho eco de ella.

## I

## LA PRÁCTICA DEL ZEN

LA PALABRA japonesa *zen*, como la coreana *son* o la vietnamita *thien*, es la lectura del término chino *chan*, probablemente una forma abreviada del término chino *channa*, que traduce el sánscrito *dhyana* o el pali *jhana* y que designa un estado de meditación, contemplación o concentración profunda.

## I ZAZEN

Seguir la vía del zen significa principalmente meditar. La escuela zen ha desarrollado en el transcurso de su historia un tipo específico de técnica meditativa al modo de las tradiciones yóguicas indias. La meditación típicamente zen, denominada *zazen*, consiste en sentarse con las piernas cruzadas —lo que se conoce como *posición del loto*—, la espalda bien recta, la nariz alineada con el ombligo, el abdomen ligeramente inclinado hacia adelante y los hombros hacia atrás, las manos abiertas apoyadas en el dorso con los pulgares tocándose, los ojos entreabiertos y, en silencio, respirar profundamente y en calma. Seguramente, la primera duda que surge ante esto es: ¿sobre qué se medita?, ¿y con qué objetivo? Dicho de otro modo: ¿qué hace quien practica *zazen* y qué beneficios espera obtener?