

# Todo se convierte en Buda

POR MUCHAK JDPSN

*Charla Dharma dada durante el Kyol Che de verano en el Centro Zen de Varsovia el 3 de Septiembre de 2008.*

Como acabáis de oír mi nombre es Muchak. Cuando tomé los cinco preceptos recibí este nombre: Muchak. Mu significa “no”, chak significa “apego”. Estaba muy orgullosa de mi nombre. En aquella época me examinaba mucho: me examinaba a mí misma y examinaba a los demás. Un maestro solía llamarme “La mujer que examina.” Por aquel entonces me examinaba a mí misma.

No estoy muy apegada al dinero, y no estoy muy apegada a dormir ni al sexo ni a la fama. Me examinaba a mí misma y pensaba, “No tengo mucho apego.” Pensaba que podía renunciar a todo sencillamente así (*chasqueando los dedos*). Y también creía que mi nombre era realmente adecuado para mí.

Fue entonces cuando fui a Corea y conocí a una mujer budista muy fuerte. Me preguntó, “¿Cuál es tu nombre budista?” “Muchak” respondí y ella supo el significado de inmediato. Entonces me dijo, “Tu maestro debe tener un buen motivo para darte este nombre.” Nunca pensé en ello desde ese punto de vista. Por ello mi ego se sintió herido.

Después de un tiempo me di cuenta de mi error. Había tanto “Yo”. “Yo puedo hacer esto, yo sé esto, yo puedo...” Todo era un Yo, Yo, Yo tan grande. Incluso aunque entreguemos nuestra vida y el mundo entero, si nos mantenemos aferrados a nuestro “Yo” nada ocurre.

Buda dijo una vez que cuando observamos con atención vemos que los orígenes o raíces de nuestro sufrimiento provienen de este “Yo”. Tenemos algo que proteger, algo que nutrir, algo que alabar. De ahí provienen los llamados cinco venenos: arrogancia, envidia, deseo, odio, ignorancia.

Pero ¿qué es este “Yo”? ¿Quién soy yo? Para descubrirlo es por lo que nos reunimos aquí. En una ocasión durante un retiro de verano en Providence, América, me senté y me encontré completamente perdida en enormes montañas de recuerdos. Ya sabéis cómo es eso: tienes muchos recuerdos, y vi a mucha gente que había visto antes, a los que había amado, a los que había odiado, con quienes había luchado. Lugares en los que había estado, experiencias maravillosas y experiencias negativas, etcétera.

Pero de algún modo me las arreglé para retornar al momento en el que estaba sentada. Entonces miré al suelo y repentinamente una pregunta apareció frente a mí: “Esa persona, la persona de mis recuerdos, ¿soy todavía yo? ¿Soy yo aún quien amó a esta persona y odió a aquella otra, quien hizo esto u

aquello?” Y tuve que decir “No”. Ya no era esa persona. No podía decir, “Soy yo, esa soy yo.”

De ese modo pude ver que esa misma persona que estaba planteándose esa pregunta, fuera esa persona yo o no, pronto esa persona tampoco sería yo. Y entonces me entró el pánico. “¿Qué soy yo? ¿Dónde está este yo?” – Estaba desesperada por mirar y encontrar, por buscar... No había respuesta.

Ese día había una entrevista. El maestro tocó la campana y fui a la habitación de entrevistas. Tan pronto como hice una reverencia y me senté, Dae Kwang Soen Sa Nim (en ese momento Do An An Ji Do Poep Sa Nim) me preguntó “¿QUIÉN ERES TÚ?!”

De repente me puse a llorar, lloraba lágrimas amargas. No había escapatoria. Tras unos instantes Dae Kwang Sunim me dijo “shhhh” y luego dijo, “¡Escucha!” Afuera, en ese mismo instante un pájaro estaba cantando. ¡Era tan feliz! Estaba tan triste y en ese instante Dae Kwang dijo, “¡Escucha!” y luego dijo, “Eso es todo.”

Me pasé el resto del retiro escuchando. Cada sonido, cada sonido que escuchaba era maravilloso. El viento, los pájaros, las puertas dando portazos constantemente. Tan sólo estaba ese sonido, ese maravilloso sonido. No sólo se trata de oír. Cuando estamos realmente atascados, cuando no sabemos, cuando tenemos totalmente este “No-sé” entonces todas las cosas, cualquier cosa que oigas, veas, toques, todo se convierte en Buda. Todo es tal y como es. No hay nada que añadir, nada que quitar. Todo está bien.

Así pues nos sentamos. Muchos de vosotros os habéis sentado el retiro entero, otros tan sólo unas semanas. Nos sentamos, miramos, percibimos como nuestros pensamientos vienen, van, vienen, van. Eso es todo lo que hacemos. Nuestro trabajo mientras estamos sentados es sentarnos y mirar como los pensamientos van y vienen. Y no los tocamos, entonces el pensamiento mismo es Buda.

No hay un buen pensamiento ni un mal pensamiento. Hay pensamientos. No les damos la bienvenida, pero no los rechazamos. Y de este modo nos sentamos, derechos pero relajados. Sencillamente, de forma natural – sin manipulación, tan sólo relajados – miramos. Pero el pensamiento, los sonidos que percibimos tampoco son importantes. Nuestras mentes tan sólo reflejan estas cosas, que vienen y van.

Una cosa: permanecemos despiertos, conscientes de lo que viene, de lo que emerge. Y lo dejamos ir, por sí mismo. Este despertar momento tras momento es muy importante. De esta forma podemos ser el maestro de nuestra casa. No estamos controlados por los demás, ni por nuestra mente...

Así pues no necesitamos continuar diciendo “¿Cómo puedo ayudarte?” – esto es basura. Tan sólo son palabras. Si, momento tras momento, nos despertamos y somos conscientes de lo que viene, esto ya es una gran ayuda. Así que espero que mantengamos una mente clara instante tras instante,

primero nos salvemos a nosotros mismos del sufrimiento, y al mismo tiempo a los demás. Gracias.

*– Traducido por Eduardo del Valle Pérez*

---

El copyright © 2009 de este artículo pertenece a Kwan Um School of Zen