

L'Étincelle – Saint-Alphonse-de-Rodriguez – Québec

Vida y muerte –Shôji– del Shôbôgenzô, maestro Dôgen

Teishô, mayo de 2014

Raphaël Doko Triet

Voy a comentar un capítulo muy conocido del *Shôbôgenzô*: *Shôji*, «Vida y muerte».

Cuando se pronuncia la palabra muerte algunas personas piensan en algo aterrador o difícil. En el zen se dice que la vida y la muerte son el terreno de juego de los bodhisattvas. Resolver el problema de la vida y de la muerte nos remite al porqué de nuestra práctica. El problema de la finalidad de nuestra vida, de la muerte nos despierta a la práctica, nos lleva a elegir respuestas diferentes a las que nos ofrece la sociedad y que ya no nos satisfacen.

En cuanto al Buda, ya conocéis su historia: vivía en un palacio de muros fortificados muy elevados y solo veía lo bello, lo maravilloso. Un día, por descuido, una puerta había quedado abierta, sale y se ve confrontado inmediatamente a la muerte, a la enfermedad, al sufrimiento. Fue un shock que decidió su vida.

Dôgen a los siete años ve el humo que se eleva durante la cremación de su madre y su vida da un vuelco. Creo que a toda la gente que practica, a todos vosotros, un acontecimiento similar, una herida escondida, un sufrimiento, en un momento dado os empuja precisamente hacia otra cosa.

¿Por qué estáis este fin de semana aquí y no en Gaspésie¹?

Siempre me acuerdo de un millonario italiano que hace veinte o veinticinco años vivía en París y financió varios libros del maestro Deshimaru. Fue generoso con la misión de Sensei. Era encantador. Todos los días su madre le mandaba desde Italia un plato de pasta preparada por ella. Un día vino a vernos a la Gendronnière, vestido impecable, y por la tarde vino a zazen con nosotros. Se sentó inmediatamente en la postura del loto. Hora y media de zazen. Sale. «¿Dolor de piernas? – En absoluto. Todo perfecto.» Se sentó en la postura del loto, hizo zazen sin moverse, sin dolor ninguno y sin que nada le conmoviera. Como si el agua del Dharma hubiera resbalado sobre su piel, ninguna aspereza, ninguna rugosidad pudo retenerla. Le resbaló todo como las gotas de agua sobre una superficie encerada, sin dejar la menor humedad. Sin ninguna duda a muchas de las personas que estáis aquí os duelen las piernas, la espalda; no creo que sea necesario tener dolor pero así es la vida y así es el Dharma que nos conmueve a través de las dificultades y, sin embargo, seguimos.

Un maestro decía: «*La vida es la actividad total de la vida. La muerte es la actividad total de la muerte.*» Cuando vine aquí en otoño os hablé de Liliane que ha sido la secretaria de nuestra historia, del maestro Deshimaru. Hacía un mes que había muerto. A todos nos conmovió la forma tan particular de encontrar su camino. Todos nosotros llegaremos de forma diferente a ese camino. Lo único seguro es que, si en la vida podemos dejar para más tarde lo que tenemos que hacer – «¿Una sesshin? Va, no haré ésta, iré a la próxima.» –, el momento de la muerte no lo podemos dejar para más tarde. Surge de forma ineludible y no podemos echarnos atrás. Para cada cual será diferente. Muy a menudo pienso en el maestro Deshimaru que durante quince años construyó infatigablemente su misión, difundió el Dharma en Europa. Al final, compró la Gendronnière, organizo allá dos campos de verano y después murió. Le encantaba ese lugar, le hubiera gustado aprovecharlo, quería vivir allá pero ¡no tuvo tiempo! Se marchó a Japón. Cuando

¹ Gaspésie, bella península canadiense muy apreciada para ir de vacaciones.

volvió la secretaría que le había acompañado, le preguntamos: «¿Cuáles fueron sus últimas palabras? –Dijo: “Me duele.”» Solo le dolía. Padecía un cáncer muy doloroso.

Un maestro estaba muriendo, su discípulo le dice: «*Por favor, su último poema.*» Le dio una torta y le dijo: «*Déjame morir tranquilo.*» A veces uno escribe un poema, a veces a uno solo le duele, a veces es como Liliane que la víspera dijo a su enfermera: «Ya está, he encontrado la solución.» Al día siguiente se marchó. Creo que es precioso. Es un momento en que cada cual hace como puede. A Sensei solo le dolía. No sé cómo será para mí. Solo sé que desde hace algunos años los trenes que pasan por delante de mis ojos van cada vez más rápido. Cuando uno está lejos de las vías del tren, mira tranquilamente, los trenes pasan despacio. Sin embargo, ¡tengo la impresión de que con la edad cada vez nos acercamos más a los raíles!

Hace algunos años Lise me pidió consejo sobre qué película poner en el dojo y le aconsejé *Departure*. Es una película preciosa. Por lo general las películas sobre el zen me aburren. Las que mejor hablan del zen, a menudo no hablan de zen, sino que hablan de algo que nos conmueve en lo más profundo de nuestra práctica. Como esa película. No sé si os acordáis del hombre que al final enciende el fuego para la cremación. Habla y uno se da cuenta de la sabiduría que le habita por haber estado confrontado durante todos esos años a la vida, a la muerte, a la gente que sufre. Me encanta la forma en que esta película trata el tema, como si hablara de ello pero sin mostrarlo. Como las cosas que reconocemos, que parecen venir de nosotros, como un latido del corazón, y que a la vez conciernen al tiempo humano, el tiempo antiguo, el tiempo religioso. De igual modo la belleza se ha de adivinar, como se desvelan en un lugar oscuro las cosas importantes. Como la luna cuyo juego favorito es esconderse y volver a aparecer allá donde no se la espera. En esas cosas sutiles, como esta película, no se habla del zen y, sin embargo, no se habla más que de zen, se habla de la vida y de la muerte, se habla de lo que es verdaderamente importante: la razón por la que estamos aquí.

Tengo una discípula, Carme, que tiene cáncer y que seguramente morirá de aquí a unos meses. Se ocupa de la tienda en el templo de Seikyū-ji. Hablo con ella a menudo por teléfono. «Me quedan aún cosas por hacer», me dice. Por mucho que sea enseñante zen, me es difícil contestarle. Ella lo único que lamenta no es ir a Gaspésie, sino no estar aquí, no estar en Seikyūji, no practicar con nosotros. Ayer me envió un SMS, es lo único que lamenta. Cuando uno no está enfermo, no se da cuenta. Piensa: «Tengo tiempo. Tengo tiempo de hacer otra cosa.»

Ya sea para el mundo religioso o, en otros tiempos, para los filósofos griegos, vivir es solo aprender a morir. De hecho vivir es morir, cada día morimos, morimos un poco. En la sociedad actual la muerte es algo que pretendemos ocultar, que no queremos mirar, que nos da miedo. Nuestra práctica es, paso a paso, actualizarlo: practicar la vida como enseñanza de la muerte. Aprender a morir. No os equivoquéis sobre el sentido de la palabra *morir*, no es, en este sentido, una palabra triste. La vida vivida del todo no es diferente de la muerte. Hay un proverbio o un *koan* zen que me gusta mucho y dice: «Los vivos están en el ataúd, los muertos siguen el cortejo.» Lo encuentro absolutamente genial porque, efectivamente, completamente muerto es completamente vivo. La gente que sigue las exequias está triste, sueñan, piensan en lo que comerán después. Es una vida entre dos, una vida a medio cocer como decía Kôdô Sawaki.

Hace algunos años ley un libro de Georges Duby, famoso medievalista francés ahora fallecido. El libro se titulaba *Guillermo El Mariscal*. Explica cómo va a morir este hombre en la gran tradición de la caballería de la Edad Media. Es una historia verídica. En el instante en que se da cuenta de que va a morir – le quedan uno o dos meses de vida –, Guillermo se acuesta en la cama y durante esos dos meses arregla todo su karma (no se cita la palabra karma). Actúa para que después de él haya paz en su reino, paz en la familia. Da todo lo que tiene, y forzosamente no será de forma equitativa, pero lo hará de tal manera que todo el mundo quede satisfecho y que tras él no haya guerra ni conflicto de sucesión. Al cabo de dos meses, después de haberlo distribuido todo, muere. Liberado de todo puede morir del todo. Creo que no hay nada peor que morir mientras

te retiene algo inacabado, no resuelto, y morir con pesar. No tener pesar – punto sobre el que hay que estar muy atento.

Siempre se habla de la vida y de la muerte, pero cada instante contiene su propia vida, su propia muerte. Cada instante inacabado se reencarna. Eso es la reencarnación y no ese sueño fantasioso que quiere creer que si uno es malo se reencarna en sapo, pensamiento muy poco considerado con los sapos. Cada instante que no está acabado del todo se reencarna. Todos esos instantes inacabados nos los quedamos y los arrastramos. En cada momento se ha de acabar y resolver todo; es nuestra práctica. En ese sentido podemos ayudar a los demás. Es el mayor problema de todos los practicantes y de todos los bodhisattvas. ¿Cómo ayudar? Siendo claros con nuestra vida. Igual que cuando entramos al dojo colocamos los zapatos ordenados y los encontraremos ordenados al salir, y si los dejamos mal ordenados, lo estarán al salir. Así cada acción se nos devuelve exactamente.

Seguramente conocéis la historia del famoso duelo del gran samurái Myamoto de Musachi. Ha de batirse con otro famoso espadachín. Andes de ir al duelo se rezaga, se rezaga y llega con dos horas de retraso. Cuando por fin llega Musachi, su adversario está enfurecido y rabioso, saca el sable y tira la funda al suelo. Entonces Musachi le dice: «Ya has perdido. Si esperas ganar, ¿dónde guardarás el sable?» Musachi le mata. Me encanta esta historia.

El maestro Deshimaru comparaba las vidas humanas a burbujas en la superficie del agua. Cuando morimos, volvemos al océano. Lo que muestra hasta qué punto la vida y la muerte no están separadas. Nuestra práctica es probar ese océano mientras seguimos vivos. Es la única forma de ayudar a los demás. Ayudándose uno mismo puede ayudar a los demás.

Hace unos diez años en Zúrich, en el dojo de Michel Bovay (hoy fallecido), una mujer salió al *mondô*, mal vestida, sin arreglar, sucia, sentándose mal. Dice que se droga y que se prostituye para conseguir droga: un karma espantoso. Entonces Michel le dice: «Ya vale. Ponte derecha. Ponte bien y deja de quejarte.» En lugar de seguirle el rollo Michel le empujó. Durante los siguientes meses aquella mujer se transformó. La vimos en la Gendronnière una primera vez deshecha y luego, al cabo de dos años, cada vez estaba más guapa. Se afeitó la cabeza, se convirtió en monja. Su vida cambió del todo. Todo cambió. Murió dos años después apaciguada del todo. En el hospital Michel le cogía la mano. De verdad, no sé si uno puede morir feliz pero ella murió apaciblemente.

Un día en que yo estaba en la Gendronnière me entero de que mi tío acaba de morir. Así que me voy al entierro. En la iglesia de un pueblecito cerca de Cognac, en Charente, se celebró una misa. Sus hijas, nietas y otros niños asistían al oficio. Era muy curioso. Los niños lloraban, eran pequeños, tenían cinco o seis años. Luego, como la misa se alargaba, empezaron a mirarse y a armar jaleo, a hacer tonterías y, por supuesto, a reír. Las mamás entonces: «¡Bueno, ya vale!», y volvían a llorar. La misa seguía y de nuevo se ponían a reír. ¡Plaf! Un sopapo y lloraban. Así todo el rato. Pensé, esto es la vida y la muerte. La energía vital de un niño es extraordinaria, en él la vida es más fuerte que la muerte, más fuerte que la tristeza.

Me gusta mucho el texto de los cuatro dharmas del bodhisattva. El don, las palabras de amor, la acción benéfica y la sintonización, la empatía. Son verdaderamente las cuatro herramientas del bodhisattva, como las herramientas que un albañil necesita para construir los muros. Practicar la Vía no es más que poner en cada instante en acción los Cuatro Inmensos Grandes Votos.

Hace uno o dos años leí en la web de la Sotochu de París esta historia: Un monje que se llama Komagata Roshì cuenta: «Hace seis meses fui a visitar a una persona, hospitalizada, enferma de cáncer. Esta persona tenía 70 años y estaba muy lúcida. Me dio los buenos días y minutos después recitamos juntos con las manos en *gassho* el *Sankiraimon*, tomar refugio en los Tres Tesoros y el *Sutra de Kannon*. Tras recitar estos Sutras, cerró los ojos durante varios minutos. Después al final sonrió y me dijo: “Le doy mil gracias por haber venido aquí, a rezar por mí. Ahora me siento en paz. Todos mis miedos parecen haber desaparecido. De pronto tengo la impresión

de no estar sola. Ahora me siento feliz porque hoy estoy viva y puedo compartir con usted este maravilloso sentimiento de gratitud. También doy gracias por todo lo que he podido recibir en esta vida, de mis padres, de mis abuelos, de mis hijos, de mis nietos, de mis amigos. Por todo ello tengo un agradecimiento infinito y no echo de menos nada".» Entonces el Roshi cuenta que la persona puso las manos en gassho y dijo: «Me siento de verdad agradecida», y con los ojos llenos de lágrimas sigue diciendo: «Reverendo Komagata le doy mil gracias por su visita semanal y por sus oraciones. Me gustaría muchísimo poderle ofrecer algo, como agradecimiento. Desgraciadamente no tengo nada que ofrecerle. Mañana no sé si estaré viva pero hoy lo estoy. Solo puedo orar por usted, es lo único que puedo ofrecerle.» Oró por él, por su salud. Él dice que nunca le han ofrecido un regalo igual. Se marchó y al día siguiente ella murió. Él cita: *«La vida es valiosa. Cada momento de esta vida es valioso. Esta mujer me mostró con gracia que incluso en los momentos difíciles, en el momento de morir, podía encontrar la felicidad a través de la práctica emanada de un corazón y de una mente generosos. Es el don más preciado que he recibido. La esencia fundamental de dar debe practicarse en nuestra vida cotidiana a través de nuestras acciones, a través de las palabras que pronunciamos, de los pensamientos que tenemos. Es la práctica del voto del bodhisattva de dar, de compartir, no es difícil. Todo lo que hemos de hacer es practicar con todo nuestro corazón, de forma natural, normal, sin prejuicios, sin condiciones.»*

De cualquiera de las maneras, en el momento de la muerte cada cual hace como puede. No se puede juzgar. Creo, sin embargo, que en la vida de todos los días podemos sembrar, plantar las semillas de una buena muerte. En el zen se dice: «No perdáis el tiempo.» Son palabras que pueden parecer en desuso. El poeta Chesterton decía: «Se acaba el día durante el que he tenido ojos, orejas, manos y todo el vasto mundo a mi alrededor y mañana comenzará otro día. Pero ¿qué he hecho yo para merecer otro?» Este poema me parece magnífico. ¿Qué he hecho para merecer otro día? Nuestra práctica es así. ¿Cuál es nuestro mérito para merecer un mañana? ¿Qué puedo hacer para merecer un mañana, otro día? Chesterton manifiesta su gratitud por ese nuevo día que se le ofrece. Es un día totalmente normal: aquel en el que uno se levanta por la mañana, va al dojo. La gratitud por las manos, por los ojos, por todo lo que gastamos sin cesar. Como decía Sawaki: *«No viváis una vida a medio cocer»* ¡Buen final de sesshin!