

Sanpai: El Kosmos se postra ante sí mismo



por Carmelo Toledo (*)

Uno de los momentos álgidos de la ceremonia zen está a punto de tener lugar. El inkin se estremece aumentando rápidamente su cadencia y su intensidad. El poder de su aguda y simple melodía nos envuelve. Es el presagio de que la transformación está a punto de tener lugar; el augurio de que nuestro Verdadero Ser está dispuesto para sernos revelado con tanta nitidez y contundencia que elimine todo rastro de duda de nuestros corazones.

Se trata del martillazo final de la forja y la fragua de nuestro espíritu en el horno alquímico de nuestra práctica del Dharma. Y en el momento en que el inkin nos devuelve el contacto con un instante de eterno silencio, completamente disueltos en este trance experiencial, es cuando nos entregamos con toda nuestra energía a la práctica de Sanpai. Nada en el transcurso de la Ceremonia vuelve ya a ser lo mismo. Todo ha cambiado y, sin embargo, sigue sin haber nada nuevo bajo el sol. ¡Qué maravillosa paradoja!

¿Pero cuál es el sentido profundo y esotérico de la práctica de sanpai? ¿Cuál es el misterioso poder que lo envuelve?

El kanji que designa «sanpai» está formado por dos ideogramas: «san», que en japonés representa al número tres; y «pai», o «hai», que denota adoración o devoción y que en Occidente suele traducirse como «postración», en el sentido de «acto devocional». Por lo tanto, «sanpai» viene a traducirse como «tres actos devocionales» o «tres postraciones».

En la tradición zen, suelen realizarse tres postraciones en diferentes momentos de las ceremonias, de ahí el ideograma «san» que figura al principio del término; aunque, en algunos casos, también puede realizarse en número diferente, colocándose entonces delante de la partícula «pai», o «hai», el correspondiente prefijo indicativo del número de postraciones. Por ejemplo, el término «kyûhai» hace referencia a nueve postraciones.

Un término especialmente hermoso construido con el ideograma «pai» («hai») es «raihai». «Rai», o «rei», representa saludo ceremonial, inclinación, respeto, entrega, reconocimiento. Por ejemplo,

«Butsu ni rei» (saludo al Buda). O una palabra muy utilizada en artes marciales, «zareii», saludo respetuoso desde la posición seiza. Por tanto «raihai» se puede traducir como «saludo devocional» o, más exactamente, «entrega devocional». En particular hace referencia al espíritu y la actitud hacia el maestro por parte del discípulo, como buen recipiente del Dharma.

La práctica de la postración es recurrente en todas las culturas tradicionales, realizada de muy diversas formas, alimentada siempre con ese espíritu de entrega y reverencia contenido en los ideogramas anteriormente descritos. Sin embargo, en nuestra sociedad actual existe cierta tendencia al rechazo hacia cualquier expresión devocional, derivado en parte de nuestra herencia judeocristiana y de nuestra historia colectiva remota y reciente. El movimiento liberal, interpretado desde la óptica del paradigma cartesiano-newtoniano, parece entrar directamente en conflicto con lo que aparenta ser el sometimiento a una determinada autoridad o poder superior.

Esto puede apreciarse incluso en estudiantes sinceros, quienes, en los comienzos de la práctica, no pueden evitar sentirse afectados por estos patrones educacionales inconscientes. El ego, en su permanente lucha de auto-apuntalamiento, puede sentirse en cada gesto, y de un modo particularmente notoria en la práctica de sanpai.

Hemos hablado del espíritu de devoción que perfuma y alimenta la práctica de sanpai. Desde este punto de vista podría decirse que sanpai es una práctica de bhakti yoga. Mediante el gesto de la postración rendimos homenaje a todos los Maestros de la Transmisión, de los que recibimos su ejemplo y su enseñanza fresca y actualizada a través de los siglos. Expresamos devoción, no en un sentido de sumisión infantil, sino de reconocimiento e infinita gratitud. Gratitud hacia los Maestros por haber dedicado su vida a la realización y transmisión del Dharma; gratitud hacia la vida por habernos concedido forma humana y habernos dotado de esa chispa que nos ha llevado hacia el corazón mismo de la práctica de Vía; gratitud hacia este Instante Presente en el que tenemos la inestimable ocasión de hacernos maravillosamente conscientes de lo que somos.

Haciendo sanpai hacemos descender la parte más alta y digna de nuestro cuerpo, la cabeza, y dejamos que tome contacto con la tierra. Situamos nuestra parte más alta al mismo nivel que los pies de nuestro Maestro, dejando al descubierto uno de nuestros puntos más débiles, la nuca. Con esta actitud nos desprendemos de nosotros mismos, terminamos por arrancarnos los últimos jirones del ropaje que disfraza al personaje que creemos representar en el mundo. Derrumbamos todas nuestras defensas, todos nuestros puntos de vista adquiridos, y reconocemos que existe una Verdad Divina que trasciende y traspasa al pequeño yo que nos hemos construido para movernos por el mundo.

Así, en esta postura tan hermosa, las barreras del ego tienden a disolverse y una deliciosa sensación de humildad se instala en nuestros corazones, dándonos cuenta de nuestra diminuta y fútil posición en el vasto río de la Existencia. De esta manera, a través de una profunda fe y confianza básica, nos volvemos transparentes y permeables para que la Enseñanza nos traspase y nos empape.

Propiciado por este humilde reconocimiento de nuestra pequeñez e insignificancia, nuestra Verdadera Grandeza y nuestra Verdadera Identidad se manifiestan como realidades que van mucho más allá de nosotros mismos. Nuestro espíritu nos guiña el ojo y nos da la bienvenida a casa.

La práctica de sanpai es al mismo tiempo un excelente ejercicio de hatha yoga. Practicado correctamente y al ritmo adecuado, tonifica los músculos y las articulaciones de las piernas y de la espalda; y contribuye a mejorar el equilibrio y la coordinación psicomotriz. Teniendo esto en cuenta, el ejercicio debe practicarse prestando máxima atención al movimiento; visualizando y poniendo consciencia en cada gesto. De igual forma se debe prestar atención a la respiración. Ésta debe acompañar y acompasar como un diapasón cada uno de los movimientos. De esta manera, la energía

se moviliza a través de los diferentes meridianos o canales, las tensiones se liberan, y el practicante vuelve a sentirse en unidad con su propio cuerpo y sus propias pulsiones básicas.

Desde un punto de vista arquetípico, la práctica de sanpai tiene una significación muy hermosa. El Ser Humano, erguido sobre sus dos patas traseras, dotado de consciencia y proyectado hacia el Padre Cielo, reconoce todo su recorrido evolutivo y se postra ante la Madre Tierra.

En la noche de los tiempos, el Kosmos, se encontraba sumido en el oscuro océano de la indiferenciación y de la inconsciencia. Pero en ese caldo pleromático flotaba la simiente de la consciencia, de donde comenzaron a emerger los primeros seres proto-humanos. De manera temerosa, los primeros seres abrieron los ojos y con asombro, respeto y veneración comenzaron a contemplar la luz que bañaba la Creación.

Al principio existía mucho miedo; miedo a la Gran Madre al mismo tiempo Nodrizza y Devoradora, miedo a la gigante e inconmensurable Naturaleza. Y existía la irrefrenable tendencia a volver a fundirse con ella y morar eternamente en el cálido océano de la ignorancia. Pero la chispa de la Conciencia ya había brotado, el hijo pródigo de la Creación había sido desterrado del Útero Cósmico; se había iniciado el Camino del Héroe que desafiaría al Destino, se liberaría del yugo de la Gran Madre, y elevaría sus sueños hacia el Cielo.

Ese es el recorrido que el practicante recuerda una y otra vez cada vez que asciende desde la postura postrada en tierra a la dignidad y elegancia de la postura erguida, con su coronilla apuntando al Cielo y los ojos oteando el horizonte.

En el momento en que el Héroe toca el cielo, el Kosmos puede contemplarse por primera vez a sí mismo. Bañado en una eterna sonrisa, puede gozar de las flores, de los lagos, de las galaxias, de los sueños y del amor. El Hombre toma consciencia de que su verdadero hogar nunca ha dejado de cobijarle en todo su viaje, que nunca ha abandonado a la Madre Tierra, que nunca ha dejado de volar por el Cielo, que nunca ha dejado de crear con el pincel de sus sueños el vasto mundo que se expande frente a sus ojos. De esta manera se regocija de ser flor, pájaro, nube o estrella; se estremece con cada suspiro del viento y se deja disolver en el destello luminoso de la pura luz sin forma que siempre fue, para desde ahí volver a recrear la danza del mundo a su antojo.

Y así, este eterno proceso de manifestación-disolución; de nacimiento-muerte-renacimiento, lo «recordamos» cada vez que nos postramos y nos erguimos tres veces, treinta y tres veces, un número infinito de veces.

Pero, llegados a este punto, ¿quién se postra ante quién?

Después del largo Camino, tras la victoria de Luz sobre la Oscuridad, tras el redescubrimiento de su no-partida y no-llegada, tras la realización del no-nacimiento y la no-muerte, el Kosmos se reconoce con júbilo y se postra ante Sí Mismo, para volver a perderse nuevamente en su Eterno Juego.

(*) Carmelo Toledo es Ingeniero en Telecomunicación. Practicante de Kendo.