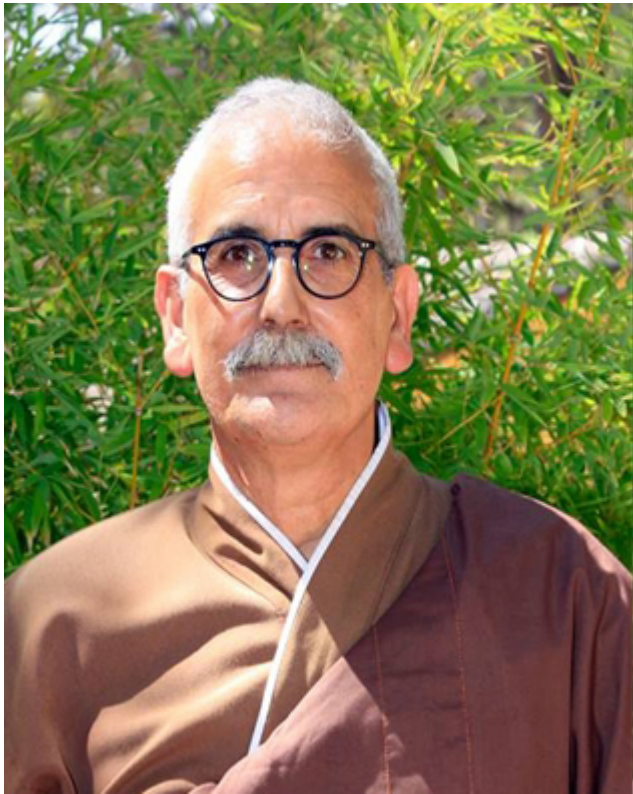


Entrevista a Agustín Vázquez, Instructor de Meditación Zen



Agustín Vázquez Caruncho

62 años

La Coruña

Responsable/practicante del Grupo Zen Arrabal de Zaragoza.

Discípulo desde el año 2008

Eres responsable del dojo del Grupo Zen Arrabal de Zaragoza. ¿Como es la práctica en tu centro?

Seguimos una práctica semanal de tres días a la semana, lunes y miércoles por la mañana, y los martes por la tarde. También hacemos práctica los sábados una vez al mes. Una vez al trimestre realizamos una Jornada intensiva de zazen.

Además de responsable del dojo, ¿tienes alguna otra responsabilidad relacionada con la

Comunidad? ¿Cuál?

Pertenezco a la Junta Directiva de la Federación de Comunidades Budistas de España con la función de tesorero, representando a la Comunidad, junto con el instructor José Manuel Maceiras. También colaboro con el equipo de Comunicación en mantener al día la página web, así como en el Consejo General de la Comunidad como asesor de Comunicación.

Cuéntanos algo sobre tu acercamiento al Zen. ¿Cómo fue? ¿Qué te atrajo en un primer momento? ¿Como fue la experiencia de tu primer retiro?

En los años en que comencé a meditar había grupos de meditación que se realizaban en librerías que se dedicaban a la venta de literatura de crecimiento personal y espiritual. Comencé en una de esas librerías, pero después de unos meses de práctica se me quedaba pequeño. Necesitaba más. Coincidió en el tiempo que un amigo era practicante zen y me animó a participar en una introducción en el dojo de Zaragoza. Me impactó tanto que ya no lo dejé. El espíritu del zen me invadió y fui practicando progresivamente, hasta hoy. Dos meses después realicé mi primera sesshin en Luz Serena. Y aquí estoy.

La práctica para ti habrá cambiado bastante. ¿De qué manera? ¿Qué dirías que te aporta un retiro hoy en día?

A lo largo de mi práctica he comprendido que zazen es como el laboratorio donde nos hacemos conscientes de nuestra realidad. En zazen es donde “fabricamos” la medicina para vivir la vida de una forma más plena. A mi me ha ayudado a ser más consciente de lo que me pasa y por qué me pasa. A conectar con los demás, a saber y comprender cuáles son sus realidades.

Lo que me aporta un retiro es una parada en la vorágine de la vida. Una comunicación silenciosa con toda la Sangha que desde el mismo lenguaje del silencio compartimos un fin común, que es liberarnos del sufrimiento y aportar nuestro granito de arena en liberar a todos los seres de su sufrimiento.

Como instructor zen, habrás dado ya muchos consejos sobre la práctica. ¿Cual crees que es el más importante para un principiante? ¿Y para alguien con experiencia?

Para un principiante hay dos elementos fundamentales: encontrarse consigo mismo y cómo confrontar zazen con su vida diaria. Me he encontrado con casos que rechazaban el hecho de confrontarse consigo mismos porque eso les generaba sufrimiento y prefirieron abandonar. Es cierto que estos fueron los menos.

El siguiente elemento, el principiante se cuestiona cómo puede llevar su práctica a la vida diaria, pero a través de ella se va dando cuenta que no hay diferencia entre zazen y vida diaria.

Con los experimentados, vivir acorde con lo que están experimentando. Les recuerdo que no se olviden de “el espíritu del principiante”. Además deben sentir la necesidad de vivir el espíritu de los Tres Tesoros.

Además de ser instructor zen, tienes toda una vida personal, como es lógico. ¿Qué nos puedes contar de ella? ¿De qué manera crees que la práctica del zen interactúa con tu vida en un sentido amplio?

Mi vida cambió mucho cuando, en el año 2000, después de padecer mi tercer infarto, el médico me dijo que me fuera a mi casa y esperara, en mi sofá, a que me llegara la muerte. Vivo mi enfermedad

como una bendición de la vida. Una oportunidad que la vida me está dando. Me hice “amigo” de mi enfermedad y desde entonces las circunstancias confluyeron para encontrar la vía del zen.

La práctica del zen a mí me hizo ver que la realidad no es tal cual la veo yo, sino que tiene otras aristas que enriquecen lo que yo veo. Si algo surge es porque lo tengo que ver. Y es cuando entras en contacto con el Dharma y en contacto con el maestro. Mi experiencia es que el Dharma ordena, y me ayudó a centrarme en que yo sólo no podía hacer nada si no era con un maestro. En mi caso, el maestro Dokushô, que es el guardián del Dharma y del linaje de los maestros de la transmisión.

Uno de los puntos centrales del Zen es la transmisión maestro-discípulo. ¿Como la reflejarías en tu experiencia personal?

Al principio cuando inicias la relación con el maestro piensas que esa relación te va a salvar. Que el maestro te salvará del dolor y de la desgracia en la que estás inmerso. Piensas: el maestro me hará feliz. Pero el maestro lo único que te dice es “ven a practicar”. Este es el punto de partida, y comprendes que lo primero que tienes que hacer es poner tu zafu al lado del maestro. Eso fue lo primero que comprendí.

Comprendí que el maestro no necesita nombre ni credenciales. Para que se produzca una transmisión adecuada es necesario que exista una amistad íntima, un contacto directo con él, en el cual ambos se encuentran en el mismo espacio y en donde te expones tal y como eres.

Mi experiencia con el maestro Dokushô me ayudó a comprender el potencial que tengo, me ha ayudado a desenvolverme y cómo sacar partido de mi talento. El maestro actúa como un espejo, aunque a veces me resulta incómodo y frustrante, pero ante esta situación siempre me he preguntado ¿qué es lo que me quiere decir que no veo? Esto me ha llevado a un compromiso personal. El maestro es como una fogata: si nos acercamos demasiado nos abrasa y si nos alejamos demasiado no nos calienta.