

Entrevista en Conciencia sin fronteras.

Lo primero que se suele decir y escuchar de Dokushô Villalba es que él es el primer maestro zen español reconocido por la Escuela Soto Zen japonesa... A ese puerto llegó después de seguir durante años las enseñanzas del Maestro Taisen Desimarhu -con el que fue ordenado monje zen- y de haber recibido la transmisión del Dharma en 1987, de la mano del Maestro Shuyu Narita... Pero, además, Dokushô Villalba teje esa transmisión en una trama de hilos variados que van desde la dirección del Templo Luz Serena a su dedicación como poeta y escritor, pasando por su afición a la fotografía o su labor de difusión del zen, más allá de la propia enseñanza...

Lo cierto es que al acercarse a este maestro zen, uno tiene la sensación de asomarse al periplo personal y espiritual de un hombre a caballo entre la fidelidad a la tradición de la que forma parte y la necesidad de adaptación de ésta a "las maneras" de occidente. Pertenece, por tanto, a ese tipo de personas con vocación de tender puentes entre diferentes culturas y visiones de la vida, entre las diversas maneras de averiguar el mundo y de acompañar al ser humano en el camino del desarrollo de la conciencia...

Carmen: Hablamos un poco de ti, si te parece... Tú eres una persona que a edad muy temprana demostraste distintas inquietudes. Tengo entendido que, siendo muy joven, estuviste comprometido con movimientos sociales y políticos, y que tu acercamiento al zen también se dio muy pronto, sobre los veinte años ¿no?

Mº Dokushô: Sí, así es... Yo he recibido una educación católica, concretamente, estudié en el colegio de los Salesianos... Y procedo de una familia muy humilde, por lo tanto siempre he estado en contacto con las clases desfavorecidas, y siempre he sido muy sensible al tema social... Así que muy pronto empecé a trabajar en los grupos de inspiración cristiana, como Acción Católica, en campañas de alfabetización, de recogida de fondos, de ropa para personas necesitadas... Todo ello muy joven, tendría yo unos catorce años. Y, poco a poco, en la medida en la que fui creciendo y madurando, pasé de trabajar con organizaciones asistenciales a vincularme con otros grupos, también cristianos, pero más comprometidos con la transformación social, concretamente con la Hoac, organización que sigue existiendo... Y, la verdad, allí tuve buenos mentores... Pero, al mismo tiempo, yo siempre sentí una tendencia, podríamos decir, mística: el amor por el silencio, el contacto con la naturaleza, la inclinación a determinadas lecturas... Es como si siempre hubiera estado en contacto con una presencia invisible que, sobre todo, en esa época, no sabía explicar... pero buscaba y buscaba, y lo hacía, en gran medida, a través de los libros. He sido un lector ávido desde joven. Y eso me llevó a leer libros de yoga, de espiritualidad, lo poco que se podía encontrar por la época... los libros de Ramiro Calle, que era el único que publicaba algo en aquella España, pero a mi me parecían muy light. Y en esta búsqueda, cayó en mis manos uno... ni sé como se llamaba... Filosofía Oriental o algo así... Allí oí por primera vez hablar de zen. Es curioso, recuerdo las cosas que me llamaron la atención... y es que se decía que en los templos zen había mucho silencio, todo estaba muy limpio y ordenado... (risas)... Esto me encantó, y pensé que ésos eran lugares muy deseables para vivir... Lo cierto es que mi actividad política continuó y creció, vinculándome a grupos más radicales como el partido comunista e incluso con otros grupos más extremistas del ámbito de la izquierda... Pero llegó un momento en que tuve una crisis fuerte con respecto a esa orientación. Yo estudiaba magisterio porque pensaba que la educación era la clave de la transformación, pero a medida que participaba en asambleas de obreros y de organizaciones políticas, me di cuenta de que ahí había muy poca conciencia, en el sentido más amplio de la palabra... De hecho, me daba la impresión de que lo que querían las clases desfavorecidas era tener los mismos privilegios que los poderosos, y, desde luego, yo no iba en esa línea del "quítate tú para ponerme yo". Entonces, como digo, entré en crisis porque yo no veía a mí alrededor modelos de madurez, no encontraba, en ese ambiente, referentes claros...

Por entonces yo tenía 19 años, y a la misma vez me ocurrían otras cosas; una de ellas, mi acercamiento a determinadas drogas... En esa época en Sevilla había mucho LSD y hachís, por supuesto. Todo ello inmerso en el movimiento hippy y alternativo propio de la época... Bueno, yo empecé a explorar por ahí. Y, claro, las primeras experiencias con LSD que yo tuve me impactaron de una manera impresionante. Me abrieron por dentro a realidades que ni siquiera podía sospechar... Tuve en esos momentos muchas experiencias intensas, de comprensión profunda, podríamos llamarle místicas. Pero yo no sabía como articular todo aquello, como digerirlo... Y fueron, precisamente, las obras de filosofía oriental que iba leyendo, las que me dieron pistas sobre lo que me estaba ocurriendo. Paralelamente a eso, un amigo, un día, me dijo que un monje zen venía a dar unas conferencias a la universidad de Sevilla. Y allí fui yo... Este monje resultó ser un discípulo del que luego sería mi Maestro, Taisen Desimarhu. Y él quería crear un centro de meditación zen en Sevilla. Esto fue en el año 76, y fue el primer centro de meditación zen que se creó en España... Así que yo le ayudé, y empecé a meditar... En fin, el contacto con la meditación me impresionó de una manera muy fuerte, y eso que fue durísimo porque físicamente yo no tenía ningún entrenamiento. Además había hecho mucho deporte y atletismo, así que tenía los músculos muy duros... y para meditar hace falta todo lo contrario, músculos largos y flexibles... Te puedes imaginar... Durante más de un año lo pasé fatal...Y, de esta manera, me empezó a cambiar la existencia. Bueno, todo cambió: cambié de casa, de relaciones, dejé de tomar "cualquier cosa"...ordené mi vida. Además, al año de estar meditando, tuve una experiencia espiritual significativa de gran apertura...y, bueno, se me hizo evidente que ese era mi camino. Coincidió, entonces, que el Maestro Desimarhu daba unas iniciaciones en Francia, y decidí acudir...

Carmen: De hecho te fuiste a vivir a París, y de su mano recibiste la ordenación de monje budista. ¿Cómo es esta relación con el maestro, imprescindible para la transmisión del zen?

M^o Dokushô: Bueno, tú lo has dicho, en la transmisión del zen el maestro es fundamental... Concretamente, el Maestro Desimarhu tenía muchísimos discípulos, cientos de discípulos. Así que, cuando yo llegué, era muy difícil tener una relación personal con él. El Maestro dirigía las meditaciones, impartía enseñanzas a grupos muy amplios... Precisamente, yo decidí, a los dos años de llegar, instalarme del todo en París porque necesitaba esa relación más estrecha. Y, en cierto modo, se dio, porque yo pasé a formar parte de un grupo de colaboradores de su entorno, pero la gran cantidad de discípulos que él tenía por toda Europa no permitía estrechar demasiado la relación. Así que el contacto con él se daba a través del entrenamiento, de innumerables retiros y, sobretodo, en la vida cotidiana...ahí es donde se transmitía verdaderamente la enseñanza. Y bueno, como ya he dicho, conseguí colaborar directamente con él, y, por lo tanto, tenerle un poco más cerca. Yo era el traductor de su obra del francés al español. Esa fue mi especialidad en magisterio, Lengua y Literatura Francesa... Y, de esa relación más directa, poco antes de que él muriera, surgió, a propuesta suya, la idea de que yo comenzara a dirigir una serie de retiros, e impartir un ciclo de conferencias en España... Y ahí me estrené

Carmen: Cuando en el zen se habla de la transmisión "de corazón a corazón" ¿se está aludiendo a esa relación entre maestro y discípulo?

M^o Dokushô: Sí, esa expresión hace referencia a que la transmisión fundamental del zen no se hace a través de las palabras, aunque no estén excluidas... En realidad, lo que quiere expresar es que esa transmisión se produce de ser a ser, por empatía total. Entonces, eso requiere una actitud de gran apertura interior del discípulo al maestro, una gran entrega a lo que éste es y representa, un respeto a todo su linaje...

Carmen: En esta relación, los canales intelectuales quedan en segundo plano ¿no?

M^o Dokushô: Eso es... Se cuenta que la primera transmisión, en este sentido, en la historia del zen, se produjo cuando el Buda Sakiamuni, después de dar una charla a miles de personas, se quedó en silencio, cogió una flor y la giró entre sus dedos, sin decir nada... Entonces, Mahakasyapa, uno de

sus más fieles discípulos, que estaba en primera fila, miró al Buda y le sonrió... Y el Buda respondió a su discípulo con una mirada y una sonrisa... para, al final, añadir "en este momento acabo de transmitir el tesoro del Darma a mi discípulo Mahakasyapa"... y esto es lo que significa, profundamente, la expresión "I shin den shin", de corazón a corazón, es decir, de alma a alma, de espíritu a espíritu... Y, bueno, desgraciadamente, el Maestro Desimarhu murió en el año 82, y yo no me sentía maduro ni preparado para seguir solo... Entonces, me di cuenta de que debía seguir las enseñanzas de otro maestro, y así fue como en el 84 fui a Japón haciendo un viaje de peregrinaje por los principales templos, visitando a diferentes maestros, y conocí y conecté con el Maestro Shuyu Narita. Él era condiscípulo del maestro Desimarhu... y, lo cierto, es que con él sí se dio una gran química espiritual. Así que empecé a estudiar a su lado, yendo a menudo a Japón. Con él seguí un entrenamiento, y, a los tres años de seguir sus enseñanzas, el maestro me dio la transmisión del Darma, y, diez años después, la Escuela Soto me reconoce como maestro totalmente formado.

Carmen: Y en ese momento en el que se te encomienda la transmisión de una enseñanza, que puede contribuir tanto al desarrollo de muchos seres humanos... ¿Con qué sentimiento conectas?

Mº Dokushô: Pues, sobre todo, con el sentimiento de responsabilidad, pero, al mismo tiempo, sin darme cuenta de donde me estaba metiendo... Era muy joven, tenía sólo 28 años, por mucho que llevara en el zen desde los 19. A cierto nivel tenía mi experiencia, pero respecto a la madurez de estar en el mundo, de las relaciones era joven... Aunque cada uno tiene su aprendizaje en esta vida... Pero, la verdad, es que yo aluciné un poco... (risas)... Después, todo se fue colocando en su sitio, pero, en ese momento, yo me sentía como en un estado alterado de conciencia... Me acuerdo de la ceremonia en la que el Maestro me presentó públicamente como su sucesor. Una ceremonia de mucha solemnidad, en la que había como quinientas personas. Estábamos en el templo del Maestro, y yo fui presentado ante el Consejo de Ancianos, un grupo de unos treinta viejos maestros, que tenían que deliberar si me aceptaban como sucesor, después de que yo pasara una serie de pruebas bastante impactantes... Sí, sí, allí estaban ellos, como viejos indios con sus rostros consumidos, arrugados, como chamanes venidos del origen de los tiempos, con una mirada escrutadora que te radiografiaba el alma... Y yo, allí en medio, comunicándome con el poco japonés que sabía... yo que vengo de un pequeño pueblo de Andalucía, allí estaba, a miles de kilómetros de mi lugar de origen, viviendo todo aquello... ¡Cómo es el destino!... Pero, a la misma vez... no sé... siempre he sentido que hay una estrella que me guía. No soy yo quien ha elegido todo lo que ha ido pasando, sino algo más fuerte... yo lo que he hecho es ponerme "a disposición"... Y así se fue dando el entrenamiento en Japón, pero, en realidad, el entrenamiento mayor vino al comenzar a enseñar en España, a formar grupos, al fundar el templo... Ese está siendo el entrenamiento más duro: el intento de transmitir esta sabiduría, adaptándola a la forma de vida y a la mentalidad occidental. Porque en Japón te dan una formación monástica, que tiene su dureza, pero, a fin de cuentas, estás dentro del templo, con una estructura "clara"... Pero ¿qué haces cuando sales de ahí y vienes a occidente? ¿Cómo enseñas las cosas, cómo las transmites? Además, esa adaptación forma parte de mi propia necesidad. Yo, al principio, los primeros años, traté de aplicar lo que había aprendido al pie de la letra, pero me di cuenta de que no era posible. Porque lo cierto es que, aquí, en términos generales, la gente que busca espiritualmente no tiene vocación monástica, no quiere retirarse a un sitio para recibir un entrenamiento... No, no es así... La espiritualidad se vive como algo que tiene que armonizarse con la vida laica, la vida familiar, con la vida de pareja... Y, bueno, esa es la transformación que está haciendo occidente del zen, que en Japón es eminentemente monástico y aquí es laico.

Carmen: Alan Watts decía que el zen es sentir la vida en lugar de sentir algo acerca de la vida... Esto coincide con la idea de que el zen es "lo más natural", pero también se le ha llamado "la vía abrupta". ¿Qué significan y qué tienen de verdad estas dos definiciones?

Mº Dokushô: Cuando se dice que el zen es lo más natural, se está queriendo transmitir que la realidad es "tal cual es", que tú eres lo que eres, tal cual... Tal cual es la expresión clave en el zen... Tal cual se está manifestando "la cosa", aquí y ahora... "No la toques ya más, que así es la rosa"

decía Juan Ramón Jiménez... Eso quiere decir que lo que se entrena es la percepción del instante, sin que pase por una elaboración mental sofisticada y compleja... El maestro Dôgen, que fue el que introdujo el zen en Japón, en el s. XIII, cuando volvió de estudiar en China varios años, le preguntaron qué es lo que traía, qué es lo que significaba el zen, y sólo contestó: "No traigo nada, las manos vacías... Los ojos son horizontales y la nariz es vertical...". Esa fue toda su respuesta... El Buda enseñó que vivimos en un estado de ensueño, que él llamó ignorancia. Un estado desde el que interpretamos la realidad, y no vivimos las cosas tal cual son. Esto, en parte, es debido a que funcionamos con una mente representativa. El pensamiento es una representación de la realidad, pero no es la realidad. Y éste es el origen de la ignorancia, ese cúmulo de artificios, de imágenes y conceptos en el que nos hemos refugiado... Así que el entrenamiento básico del zen es tomar conciencia de esto y despertar más allá de la propia subjetividad, aprender a desarrollar un estado de presencia continuado que funcione como un espejo y que refleje la realidad tal y como es, sin que medie el pensamiento, pero aceptando el pensamiento. Por eso en el zen se considera que el estado de no pensamiento es una puerta de liberación, pero estaría bien deshacer el error, muy extendido, por cierto, de que la práctica del zen consiste en no pensar... En el zen se dice que el estado de conciencia a alcanzar en la meditación es un estado de pensar sin pensar, lo cual quiere decir, simplemente, dejar que el pensamiento se produzca sin identificarse con él...

Carmen: ¿Meditar desde el testigo?

Mº Dokushô: Sí, claro. Lo que nosotros llamamos estado de presencia no es otra cosa que meditar desde el testigo. Esa es una cualidad de conciencia que todos tenemos: reflejar lo que está sucediendo, como un espejo. Lo que sucede es que, si no estamos acostumbrados a observar desde el testigo, nos identificamos con la cosa reflejada, con las imágenes que aparecen en la conciencia. Al producirse esta identificación, olvidamos que somos la conciencia que refleja eso... Y ese es el trabajo de la meditación: aprender a desidentificarse de los contenidos, sin luchar contra ellos... Este es el entrenamiento de la meditación zen, como digo, pero debe ser continuado en la vida cotidiana. Todo aquello que se vive debe convertirse en soporte de presencia.

Carmen: Siempre se habla del zen como de un camino paradójico... Se dice que es perderse para encontrarse, vaciarse para llenarse... ¿Cuál es el sentido de esa paradoja?

Mº Dokushô: La paradoja está en el núcleo mismo de la enseñanza del zen, porque la tradición zen es no dualista, es decir, se apunta a una realidad no dual. Pero, claro, nuestro pensamiento funciona siempre en base al dualismo. No podemos pensar de otra manera hoy por hoy. Nuestra lógica es una lógica binaria, como la de los ordenadores. Así que pensar es estar atrapado en el dualismo. Entonces, lo que hace el zen es introducir la paradoja para bloquear esa lectura dualista de la realidad y permitir un salto de conciencia, más allá de esa manera de leer el mundo. Por eso en el zen, cuando se transmite a través de la palabra y en el lenguaje la dualidad está siempre presente, se utiliza la paradoja, haciendo palpables y visibles las contradicciones de nuestro pensamiento... como si la mente dualista fuera una rueda que está continuamente girando, y el pensamiento paradójico fuera un palo que introduces entre los radios de la rueda... Esto te lleva, forzosamente, a que no haya más remedio que dar un salto más allá...

Carmen: ¿Por qué tiene tanta importancia en el zen la postura meditativa?

Mº Dokushô: Pues porque la práctica del zen es una transformación alquímica. Se trata sobretodo de fortalecer, como te decía antes, la conciencia del testigo, esa cualidad luminosa de nuestra conciencia... y para llegar ahí se tiene que producir una transformación: la materia se transforma en energía y la energía se transforma en conciencia. La base de la conciencia es la energía y la base de la energía es la materia. Nuestro cuerpo es materia organizada, y cuando nos sentamos en zazen, en la postura meditativa, disponemos nuestra materia de una manera determinada para que la energía fluya de un determinado modo, y se produzca una transmutación de esa energía en conciencia... Bien, pues un elemento fundamental para esta transformación es que no haya pérdida energética

durante la práctica de la meditación. Por eso, el cuerpo, al disponerse en esa postura, se convierte en un todo cerrado; por eso, la posición de las manos, en zazen, crea un circuito cerrado... y todo ello genera un estado de estabilidad e inmovilidad, de concentración de energía sutil, de recogimiento sensorial que, a la larga y con la práctica, nos da acceso a la conciencia, a una mirada interior muy poderosa... Así, yo considero que la práctica de zazen es una ciencia... A veces, le llamo una alta tecnología espiritual.

Carmen: Pero zen no es sólo sentarse, no es sólo meditación... ¿Qué hay antes y después de sentarse con las piernas cruzadas?

M^o Dokushô: El zen es la vía del Buda, y esta vía está basada en tres principios: Sila, Samadhi y Prajna. Sila se refiere al comportamiento en la vida cotidiana, la manera de vivir; Samadhi es el estado propio de la meditación; Prajna es el estado de la sabiduría... Se dice que los tres están íntimamente relacionados, que no se puede dar uno sin otro y que hay que desarrollar los tres por igual. Lo que diferencia a unas escuelas budistas de otras es el énfasis que ponen en cada uno de esos principios o, mejor dicho, el orden en que se trabajan. Pero, a la larga, todos han de desarrollarse... Por ejemplo, el comportamiento en la vida cotidiana implica un determinado código ético que es tremendamente importante, porque, digámoslo claramente, hay formas de vida que no permiten el acceso al samadhi, y se considera que de ese estado de samadhi surge la sabiduría. La sabiduría significa, también, saber como vivir... Así que los tres principios se retroalimentan... Pero si sólo se cogen códigos éticos, normas morales, sin que eso surja de una experiencia real... eso está lleno de superficialidad, mandamientos impuestos desde el exterior al interior. En la vía del Buda, la idea es que cada uno descubra la sabiduría, como conducir su vida de la mejor forma posible, como despertar la conciencia que va a iluminar su comportamiento... Todo ello más allá de códigos éticos impuestos, insisto. Por ejemplo, en el budismo la principal fuente de inspiración para las relaciones es la compasión... Pero no creo que se trate de adoptar una compasión forzada y estúpida. Yo creo que es mucho mejor y más profundo partir de una comprensión y una experiencia desde la que, naturalmente, nace la compasión, sin imposiciones religiosas... En el budismo, como ya hemos hablado, se dice que la forma básica como se manifiesta la ignorancia es en el pensamiento dualista, que divide la realidad en partes... Sin ir más lejos, tú y yo: tú eres tú y yo soy yo...incluso se podría llegar a creer que no tenemos nada que ver, tú tienes tu vida y yo tengo la mía... Es decir, el pensamiento individualista y egocéntrico habitual: tu felicidad no tiene que ver nada con mi felicidad... cada uno que se busque la suya...Imagínate, cómo se puede sentir ahí compasión alguna... Pero cuando tienes una experiencia de apertura de la conciencia, y te das cuenta de que todo en la vida, absolutamente todo, está interrelacionado y que...realmente...tu felicidad es algo que a mí me afecta... y mi felicidad es algo que a ti te afecta...Ahí no hay vuelta atrás, ahí comienza a derrumbarse el egocentrismo. Como dice el Dalai Lama "nos volvemos compasivos por puro egoísmo"... Pienso que la cualidad de esta compasión es muy distinta...

Carmen: Tú estás contribuyendo con tu enseñanza al acercamiento entre la concepción budista del sufrimiento y las aportaciones de la psicoterapia para desenterrar las raíces de este sufrimiento... ¿Crees que son caminos paralelos o, dicho de otra manera, cuál es el estado de salud mínimo para abordar el camino espiritual?

M^o Dokushô: Todo esto depende mucho de las personas... Hay personas que si no sanan mínimamente su estructura de personalidad, difícilmente pueden tener una apertura a lo espiritual, una verdadera apertura... Otra cosa es asumir formas externas de religiosidad... Pero también hay que decir que se puede producir esta apertura sin que haya que pasar, necesariamente, por la psicoterapia. Por mi experiencia en todos estos años, tanto por toda la gente con la que he trabajado como por mí mismo, considero que es muy recomendable que toda persona que sienta una inclinación a lo espiritual pase por un proceso de revisión y autoconocimiento...

Carmen: Sí, porque si no hay una revisión profunda de uno mismo, tengo la sensación de que el

anhelo espiritual se puede convertir en una manera más de camuflar el dolor, en una patología más del carácter... ¿no crees?

M^o Dokushô: Por supuesto, esto es algo que yo he encontrado a lo largo de mi vida en muchas personas, pero también es algo que he podido ver en mi mismo... Sí, a menudo se aborda la espiritualidad desde la patología, precisamente, por lo que hablábamos antes, por no haber mirado un poco la estructura de nuestro carácter... Hay muchos huecos y vacíos que tratamos de suplir dirigiéndonos hacia una realidad superior, es decir, caemos en una falsa sublimación muy peligrosa, mucho más peligrosa que la neurosis normal y corriente... Porque la experiencia espiritual, básicamente, es una experiencia de apertura y expansión de la conciencia, más allá del núcleo del yo con el que nos identificamos. Esta es una experiencia que requiere una estabilidad muy grande del ego, es decir, un yo que sepa encajar adecuadamente esa apertura. Tenemos que tener un ego bien formado para poder trascender... Esto ya lo decía Don Juan en las enseñanzas a Castaneda... decía que para saltar al "nagual", esa dimensión más allá del tiempo y del espacio, había que tener el "tonal" muy bien asentado, y el "tonal" es el yo ordinario... Porque en caso de que se pueda producir esa expansión-que en la gran mayoría de los casos no se puede producir-el impacto puede ser tremendo... A veces, esta apertura se vive después de haber forzado mucho la estructura del yo... a través de retiros intensivos, a través de la ingesta de sustancias... Pero si no se tiene un ego con suficiente fortaleza, esto se puede vivir como una paranoia increíble, una experiencia filtrada por la patología imposible de integrar...

Carmen: ¿Piensas, sin embargo, que una experiencia de comprensión, en algunos casos, puede ser sanadora en si misma, desmontar, en parte, la estructura de ese ego que se ha hecho el amo de la casa?

M^o Dokushô: También eso ocurre... El ego es básicamente un conjunto de mecanismos de defensa, son murallas que creamos para defender algo... Lo que básicamente tratamos de defender es una experiencia temprana de dolor en la que fuimos tronchados en el alma. Todos hemos vivido esto, en una medida o en otra. Para tener una experiencia de expansión, necesariamente, estos mecanismos tienen que aflojarse. Entonces, en la medida que esos mecanismos se aflojan, irrumpe la conciencia e ilumina el núcleo del dolor... Con la psicoterapia se intenta llegar a ese núcleo, y, desde ahí, ir aflojando... pero también es cierto que la práctica espiritual te puede llevar primero a esa expansión y, como consecuencia, ponerte en contacto con la raíz de nuestros mecanismos... Sin embargo, hay algo que empieza a estar claro: es mejor trabajar desde los dos ámbitos... Había un maestro Zen chino que era conocido por su método de enseñanza al que denominaban "el picotazo de la gallina". El método consistía en, desde fuera, dar un "toque", una llamada de conciencia al discípulo... Se consideraba que el discípulo estaba encerrado en un cascarón, como un polluelo, y había que ayudarlo a salir. Y el maestro hacía las veces de la gallina que, con sus picotazos, le ayudaba a romper el cascarón. Pero, al mismo tiempo, el polluelo tiene que trabajar desde dentro, ayudar a que se produzca esa apertura... Así, podríamos decir, que cuando uno se pone a trabajar en psicoterapia, asume la responsabilidad del polluelo, trabajar desde dentro, desde el fondo, y, a la vez, dejándose ayudar por la influencia espiritual...

Carmen: Y ¿qué líneas de psicoterapia están más cerca de este planteamiento integrador?

M^o. Dokushô: Más que de líneas de psicoterapia hay que hablar de psicoterapeutas. Yo me acerco a lo que llamo psicoterapias con "el techo abierto", aquellas que contemplan la posibilidad del contacto con lo espiritual. Estas, por lo general, son de la familia de las transpersonales: gestalt, bioenergética... Pero te digo que depende tanto de los psicoterapeutas... porque algunos, por más que estén en alguna de estas líneas, no tienen en absoluto ese techo abierto del que hablamos... Mira, la enseñanza del Buda es una terapia del sufrimiento, y el estado máximo de salud es el estado de iluminación espiritual, concebida como experiencia absoluta de felicidad, o sea, de salud total. Lo que pasa es que el budismo atiende a un ámbito de la conciencia distinto de la psicoterapia... pero es muy positiva esta interfecundación que se está dando en occidente, y pienso que se ha abierto una

vía de futuro.

Carmen: Desde Buda hasta nuestros días, desde India a Japón pasando por China... ¿Qué es lo que el zen aporta al budismo?

M^o. Dokushô: El zen es puro budismo, es una escuela, un linaje budista... La única respuesta que yo podría darte es decirte cuales son las características principales de este linaje... y, sin duda, una de ellas es la devoción por la postura sedente de meditación. Todas las escuelas budistas practican la meditación, pero en el zen ésta ocupa el lugar central, junto al estudio de todos los estados internos de desarrollo de la conciencia que aparecen en zazen. Además, se ha desarrollado, muy ampliamente, toda una pedagogía para ir conduciendo al practicante a través de su mapa interior... Y, bueno, otra de las características es la simplicidad y la sencillez. Puestoque contactar con lo esencial es el método que conduce a una experiencia de expansión, eso se puede producir en todo tipo de cultura, en cualquier momento de la historia. El zen puede despojarse, fácilmente, de toda la envoltura social y cultural que lo cubra en cada momento... Y esto es lo que estamos observando, en los últimos tiempos, en occidente. Se está produciendo una depuración de todo el bagaje japonés, y, poco a poco, el zen irá adquiriendo un ropaje occidental, pero la esencia siempre será la misma.

Carmen: Han pasado ya bastantes años desde que recibiste la transmisión del Dharma... y, desde entonces, tus enseñanzas han orientado a innumerables personas... ¿Piensas que llega un día en el camino de todo buscador que hay que vaciarse de toda enseñanza?

M^o Dokushô: Mira, en el budismo estudiar con un maestro es fundamental. No hay realización si no hay trabajo con un maestro. Es así como se entiende, pero esto no quiere decir que tenga que ser así toda la vida. Hay un momento en que tu propio maestro te indica que has de continuar por tu cuenta... Pero no se puede ir con prisas, hay que tener paciencia... ¿Si hay que vaciarse de todas las enseñanzas...? Fíjate, la enseñanza profunda del zen es, precisamente, el vaciamiento.. Las enseñanzas son como muletas, muletas que nos ayudan a subir peldaños en la apertura de la conciencia...pero la realización espiritual por excelencia, en nuestra tradición, es la experiencia de la naturaleza vacua, el vaciamiento de todo...De hecho, el zen es no zen, incluye dentro de su propio camino su autonegación, su autotrascendencia.

Carmen: En fin, el otro día leía un poema de Fernando Pessoa, en nombre de Alberto Caeiro, que decía "Paso y me quedo, como el Universo"... Eso es zen ¿no?

M^o Dokushô: Es puro zen... porque, claro, es que el zen no es nada...El zen viene ser una falta de visión particular de las cosas... Y esa percepción también la han tenido otras muchas personas, como, por ejemplo, ese personaje de Pessoa, Alberto Caeiro... Por cierto, me gustan mucho sus poemas... A mí me encanta la fotografía, y estoy queriendo hacer un libro de fotos de naturaleza, acompañadas de poemas de Alberto Caeiro... Sería bonito...

Entrevista realizada por Carmen Cruz y publicado en la revista digital www.concienciasinfronteras.com