

La experiencia presente

Las palabras no son un instrumento apropiado para transmitir lo que vivimos y sentimos en la Sesshin de Introducción. No lo lograré con ellas. Por eso quiero empezar con una disculpa porque no será un relato fiel. ¿Cómo explicar con palabras el dolor, el afecto, la gratitud, la quietud? ¿Cómo explicar que te encuentras a solas contigo mismo más que en cualquier otro lugar, pero que al mismo tiempo sientes profundamente la compañía de los demás cada instante como una caricia silenciosa?

El silencio te abre por dentro.

Cuando estás en *zazen*- la meditación zen-, te recorres por caminos desconocidos. A tientas. La respiración *consciente* y la *inmovilidad* de la postura te cogen de la mano y te llevan. A veces con suavidad. Otras con dureza. ¿Hacia dónde? Hacia lo que cada uno lleva en su interior y no comprende. Hacia zonas en sombra. Y allí, *observas* la oscuridad.

Aparecen resistencias. Los *maras* - nuestros demonios interiores- se hacen presentes: la duda, el miedo, la indolencia, la inquietud, el rechazo... Y sientes dolor. Físico y emocional. Unidos ambos como las dos caras de una moneda. Pero el dolor es un maestro. Te enseña dónde empiezan los caminos en sombra. Si lo aceptas, avanzas. Y se echa a un lado. Te deja pasar.

En uno de esos momentos de soledad y miedo recordé un pasaje de 'Octubre, octubre', obra de José Luis Sampedro : " Trascender las máscaras, desgarrar una y otra, excavar hasta el fondo, encontrarme en la hondura, cráter en una sima." La hondura...

El silencio te abre también por fuera.

Ves a tus compañeros como espejos. Te reflejas en ellos. Y ellos en ti. Acompañándote en la soledad. Yo estoy sola. Tú está solo... pero *juntos*. El ser se abre y, en silencio, el corazón habla a través de la mirada. Te sorprendes queriendo a ese desconocido cuya mirada te encuentras. Y tu afecto siempre es correspondido. Los afectos se tocan. Nos entrelazan. Nos traban en una danza invisible sin palabras tras las que esconderse. No hay nada de lo que defenderse. No hay juicios. No hay nada que demostrar ni ante quién. Sólo comprensión mutua.

En ese ambiente hay un grupo especial de personas que lo hilvanan todo con su presencia y generosidad. Y se hilvanan a sí mismos entre los demás. Son el latido pausado de Luz Serena: los miembros de la Comunidad Budista Soto Zen. Ellos sostienen y alimentan el templo. Están siempre ahí, acompañando, guiando. A la distancia justa. Su presencia equilibra el conjunto y le da la armonía necesaria para que todo fluya.

Y al frente de todos ellos, pero siempre al lado, el instructor de la Sesshin, Samuel Soriano. Él sostuvo con *determinación* y delicadeza el lienzo sobre el que todos nos fuimos cosiendo. Y al mismo tiempo se iba trabando con nosotros en él.

Al final, puntada a puntada, el lienzo quedó cosido. Con un solo hilo. Por delante, una bella imagen respunteada. Un dibujo tan sutil y lleno de matices que cada cual lo verá de una manera. Desde su mirada interior. Y por detrás...muchos nudos.

Pido disculpas de nuevo por no poder transmitir todo lo que me he llevado conmigo en el adiós. No es posible.

Y me gustaría finalizar compartiendo una de las emotivas reflexiones que escuché en el Círculo de Corazones que prologó nuestra despedida. Lo dijo un querido compañero. Y lo comparto sin pedirle permiso porque sé que me lo dará. Dijo algo así: “Esta experiencia no quiero que sea inolvidable. Porque inolvidable es tenerla en el recuerdo. Es una experiencia que voy a tener presente. Cada día”.

Con toda mi gratitud y afecto.

Gassho.

Lola Torrent.

