



Del *Samma Vacca* al *Koan Mu*: el papel de la palabra en el proceso de doma del buey

Autor: Uxio Outeiro Lojo
Director: Dokushô Villalba



Tesina del Programa de Estudios Budistas
Comunidad Budista Soto Zen
2015

Resumen

Las palabras no constituyen por sí mismas un 'yo' independiente. Como prueba se especifican los *skandhas* que constituyen el 'yo' de la comunicación lingüística, comparándolos con la teoría del signo lingüístico de Karl Bühler, y reflexionando sobre cómo los factores mentales influyen en la comunicación. A continuación se exponen los procesos pragmáticos de construcción del significado, identificándolos con los tres mundos de la cosmología tradicional budista, entendidos como mapa de la conciencia. Todavía, se exponen los niveles cognitivos de la comunicación humana y el concepto de paradoja pragmática, poniéndolos en diálogo con las Cinco Posiciones (*Go-I*). A partir de aquí, se propone una interpretación del funcionamiento de los *kôans* en la práctica del *watô*, así como una interpretación del *Kôan Mu* a la luz de los *Go-I*, identificando cinco posiciones del lenguaje. Finalmente, se intenta buscar estas mismas cinco posiciones en la práctica de la Vía en la Comunidad Budista Soto Zen.

Palabras clave

Comunicación, cosmología budista, funciones del lenguaje, go-i, kôan, lenguaje, Mu, pragmática, significado, skhandas, trailokya, watô.

Abstract

Words don't constitute by themselves an independent 'self'. As a proof, the 'skandhas' that constitute the 'self' of linguistic communication are exposed, comparing them with Karl Bühler's theory of the linguistic sign, and reflecting on how mental factors affect language communication. The pragmatic processes of the construction of meaning are also discussed, identifying them with the three worlds of traditional Buddhist cosmology seen as a map of the conscience. Furthermore, cognitive levels are discussed, as well as the concept of pragmatic paradox, put in dialogue with the Five Ranks (*Go-I*). From this point of view, an interpretation of the functioning of koans in the practice of *watô* is proposed, as well as an interpretation of the *Mu koan* considering the *Go-I*, identifying five ranks for language. Finally, there is an attempt to look for these five ranks in the practice of the Way at the Comunidad Budista Soto Zen.

Keywords

Communication, buddhist cosmology, language functions, go-i, kôan, language, meaning, Mu, pragmatics, skhandas, trailokya, watô.

0. Justificación

1. Introducción

2. Funciones del signo lingüístico: los *skandhas* y los venenos

2.1. Los *skandhas*

2.2. Los tres venenos

2.3. La palabra correcta

3. Construyendo el discurso: los tres mundos

3.1. Los tres mundos y la palabra

4. Conciencias, niveles y paradojas: los *Go-I*

4.1. Los niveles cognitivos en el budismo

4.2. Una lógica para verdades múltiples: los *Go-I*

5. Los *Kôans*

5.1. Venenos, paradojas y el tránsito entre los mundos

5.2. El *kôan Mu*: la comunicación paradójica en cinco posiciones

5.2.1. El *kôan Mu* como remedio genérico

5.2.2 Los *Go-I* como respuesta

5.2.2.1 Lo aparente en lo real

5.2.2.2. Lo real en lo aparente

5.2.2.3. La entrada en lo real

5.2.2.4. La integración mutua

5.2.2.5. La realización de la unidad

6. Para una gramática del silencio: la práctica en la CBSZ

6.1. El silencio como lenguaje

6.2. El lenguaje vacío

6.3. El silencio del silencio

6.4. El silencio expresado

6.5. El *Mandala* de la Asamblea del Puro Océano

7. Bibliografía

No dependencia de las palabras o letras

No limitado por el lenguaje,
el Dharma nunca deja de expresarse.
También así el camino de las palabras
lo expresa, pero no lo agota.
(Dogen¹)

1 Waka 16-J '**Furyu monji**', traducido del inglés. Original en Steven Heine, *The Zen Poetry of Dogen: Verses from the Mountain of Eternal Peace*, Dharma Communications, 2013

0. Justificación

Nací el menor de los tres hijos de mi padre, Juan Luciano Eugenio, un hombre de tres nombres que decidió repartirlos equitativamente y por orden a cada uno de sus vástagos. Nací, por eso, siendo legalmente Eugenio, pero los aires de la transición soplaban entonces con fuerza y el uso de la lengua gallega era una señal de libertad. Por eso desde que tengo memoria se me ha llamado Uxío, aún ante la sorpresa de algunas personas que pensaban que mi nombre era japonés.

Crecí con fascinación hacia las palabras. Estudié filología, soy lingüista, y escribo poesía desde joven. Esto último me llevó a Matsuo Bashô y al Zen. Un buen amigo me acompañó con esta inquietudes, y fue con él que me inicié en lecturas como los haikus y obras como *La Doma del Buey* del maestro Kakuan, guiado por los comentarios del maestro Dokushô, que me marcaron profundamente. Este buen amigo acabaría casándose con una mujer japonesa que, en una ocasión, oyendo que él me llamaba amigablemente 'Uxi', rompió a reír diciendo que yo, efectivamente, parecía un 'Ushi', y pasé a saber entonces que 'O-ushi' significa en japonés 'buey'.

Siguieron pasando los años, y me integré en esta *sangha* de la que siento que siempre he formado parte. En seguida empecé el PEB, y en uno de los primeros seminarios vine a saber que un brazo del Óctuple Sendero era la 'Palabra Correcta', y además de quedarme fascinado por la simplicidad y profundidad de su exposición, más fascinado me quedé todavía al saber que su nombre en pali era *samma-vacca*.

Cuando iba a recibir la ordenación de bodisatva, otro buen amigo me preguntó qué nombre de bodisatva me gustaría tener. Contesté que lo que dijera el maestro estaría bien, pero que pensaba que lo que me definía era la palabra. Casualidad o no, el maestro Dokushô me dio el nombre de 'Néctar de la Palabra', que todavía resuena en mi corazón.

Todavía, cuando recientemente recibí del maestro mi *kesa*, inmaculadamente facturado por las manos de un hermano, descubrí (lo descubrí, realmente, meses después) que dentro del 'sobre' donde se guarda el *kesa*, el maestro había escrito unas palabras, que decían simplemente: '*MU*: máxima expresión'².

En fin, no sé si lo que he expuesto justifica la existencia de esta tesina. Sea como sea, siempre he pensado que todo esto tenía un significado. Por eso creo que lo dicho servirá, si más no, para ejemplificar algo importante: que si hay una conciencia dispuesta a comprender, la comunicación se dará aún sin palabras. Y tal vez todavía más, porque alguien que encuentra en '*MU*' la voz de una vaca no necesitará buscar mucho para encontrar el perro en el *koan* del maestro Zhaozhou.

Pero estoy adelantando acontecimientos, que es un mal que me caracteriza. Empecemos por el principio.

2 La expresión Japonesa '*MU*' significa 'nada'.

1.- Introducción

Occidente levanta su cultura sobre el suelo de una religión de libro sagrado, que dice que 'en el principio fue el verbo'. Desde entonces en nuestra cultura focalizamos el lenguaje como algo en sí mismo. Desde los rezos a la poesía, pasando por la filosofía e incluso las matemáticas (ellas mismas un lenguaje más allá de las palabras), pensamos que el lenguaje tiene una esencia, y en no pocas ocasiones buscamos en él la respuesta a nuestro dolor existencial.

Cuando por ejemplo hablamos de lo "estrictamente lingüístico", solemos referirnos a lo que Ferdinand de Saussure, padre de la lingüística moderna, llamó 'lengua', contrapuesta al 'habla', definiendo aquella como una estructura abstracta que subyace a todo acto lingüístico: una gramática. Armónicamente, cuando hablamos de corrección lingüística pensamos en un uso del lenguaje acorde a esa estructura abstracta, que personas cualificadas se encargan de codificar. Es decir, estudiamos la gramática para adaptar nuestra forma de expresarnos a aquello que las academias nos marcan como correcto.

En occidente, sólo a partir de los años 60 y 70 los lingüistas han empezado a dar importancia real a la *performance*, esto es, el acto comunicativo. Empieza así a ganar importancia la pragmática, que se ocupa de la interpretación y valorización del texto ligado a su contexto. En gran medida este nuevo enfoque deriva de la importancia central del análisis del discurso en el psicoanálisis. No por casualidad, como veremos, algunos de los acercamientos más brillantes a esta disciplina proceden del ámbito de la psicoterapia.

El budismo, sin embargo, siempre ha tenido presente el enfoque pragmático. Desde sus mismos inicios ha considerado el lenguaje como una acción, dentro de la tríada "acto mental", "acto verbal" y "acto corporal". Y aunque se dice que el Buda nunca salió del silencio, hay una buena colección de *sutras* que recogen su palabra, e incluso tradiciones basadas en gran medida en memorizarlas.

De todas las escuelas budistas, tal vez sea el Zen la que más ha desconfiado de la palabra. La importancia central que nuestra tradición da a la práctica de zazen conlleva la insistencia en el silencio, físico y mental, y sin duda hay razones más que sobradas para ello, que intentaremos referir en esta misma tesina.

Por otro lado, en la China del siglo XII, el maestro Dahui, de la escuela Rinzai, dió forma a la del *watô*, una Vía que utiliza como técnica la observación de los *kôans*, diálogos que llevan al practicante a una comprensión superior. En el siglo XII, la formalización del *watô* (en japonés '*observación de las palabras*') por parte del maestro Dahui, así como la defensa que haría de esta práctica como superior a todas las demás, dió lugar a un conflicto que, aunque posteriormente desaparecería en China, pasó a Japón y se mantiene todavía vivo. Así, tradicionalmente se ha entendido que la escuela Rinzai es partidaria del *watô*, mientras la Soto defiende la Iluminación Silenciosa, esto es, una práctica centrada en el *shikantaza*: 'sólamente sentarse'.

En esta tesina, sin embargo, al intentar desmenuzar el funcionamiento del lenguaje en la práctica, veremos que este es un conflicto en gran medida imaginario: si es verdad que no existe la Vía sin observación de palabras, no es menos cierto que toda iluminación es silenciosa.

2.- Funciones y acciones del signo lingüístico: los *skandhas* y los venenos

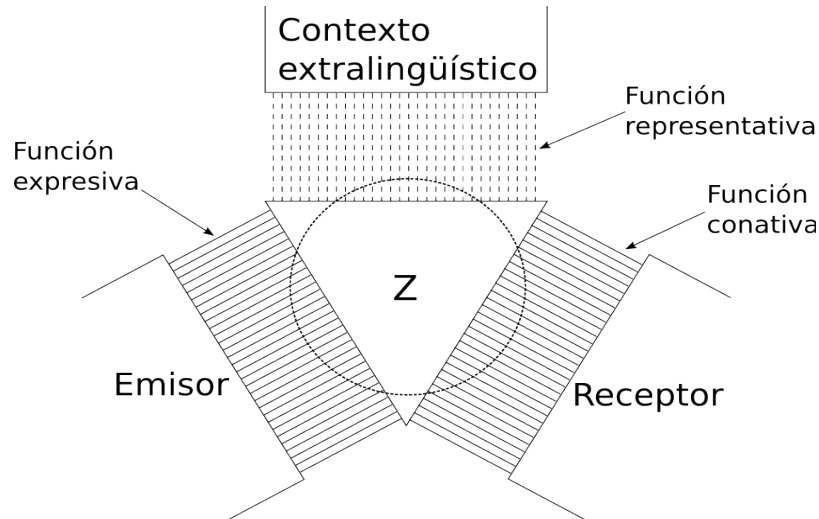


Fig. 1: Modelo *Organon* de Karl Bühler

Tal vez una de las primeras maneras de conceptualizar el hecho lingüístico es la de Platón, quien en su diálogo *Crátilo* se refiere al lenguaje como un '*organon*', esto es, una herramienta. Este concepto fue recogido por el psicólogo gestáltico y lingüista alemán Karl Bühler, quien profundizó en este concepto dando lugar a uno de los esquemas comunicativos más brillantes del siglo XX, que representamos en la Figura 1.

El modelo *Organon* suele ser citado en los estudios de lingüística como un antecedente de la teoría de la información de Roman Jakobson, normalmente considerada más completa. Sin embargo, y considerando que el modelo *organon* responde a necesidades de un modelo cognitivo, mientras la teoría de Jakobson apunta más hacia el hecho literario, será la teoría de Bühler la que se adecue más a nuestras necesidades en esta tesina.

Como podemos comprobar en la Figura 1, Bühler conceptualizó el signo lingüístico (Z), como una forma en que confluyen dos figuras: un círculo y un triángulo. El círculo representa el hecho en sí, antes de ser percibido, esto es, en la lengua oral, el sonido. El triángulo, por su parte, representa el signo lingüístico. Así, un signo lingüístico oral, por ejemplo una palabra, es un sonido al que, al ser percibido, le es adjudicado un significado.

Hay partes del círculo que salen del triángulo, porque cada lengua tiene su fonética propia, que distingue unos trazos fonéticos y olvida otros. Por eso las palabras que representan ruidos, esto es, las onomatopeyas, difieren entre lenguas. El ladrido de un perro, por ejemplo, es en español "guau", pero en inglés es "wof", en chino mandarín es "wang", en cantonés "wo", etc...

El significado lingüístico es representado como un triángulo en el modelo *organon* porque cada uno de sus lados se liga a un componente importante del proceso de comunicación: el emisor, el receptor o el contexto extralingüístico. La relación que existe entre el signo y cada componente refiere una función de la herramienta lenguaje.

- **Función Expresiva:** aquella que expresa la subjetividad del emisor, por ejemplo su estado de ánimo o sus emociones. Ej. "Mmmmm... ¡Me encanta esta tarta!"
- **Función Referencial:** se liga al contexto, esto es, la realidad extralingüística, y

por lo tanto, a la propia capacidad del lenguaje para tener un significado. Ej. "Le he puesto un poco de coñac".

- **Función Conativa:** es la intención de provocar cambios de algún tipo en el receptor, ya sea simplemente la comprensión, una acción en concreto o un cambio de ánimo. Una orden, o una petición, sería ejemplos válidos. Ej. "¿Me das un poco más?"

Me parece encontrar esta misma tríada en la moderna pragmática, en lo que se consideran los tres tipos de actos lingüísticos:

- **Acto locutorio:** el acto físico de producir el mensaje. Responde a la necesidad del hablante de comunicar.

- **Acto ilocutorio:** es el acto intencional, por ejemplo "informar", "pedir", "prometer", etc... Estos actos pueden ser expresados por verbos performativos, esto es, si decimos "te informo de que..." estamos cumpliendo efectivamente el acto de informar.

- **Acto perlocutorio:** es la reacción que conseguimos en el interlocutor, por ejemplo "sorprender", que nos pase la sal, etc... No podemos sorprender sólo con decir "te sorprendo", ni nos pasarán la sal sólo porque la pidamos: estas acciones dependen del interlocutor.

Hay lenguas cuya forma escrita tiende más a representar el acto locutorio, esto es la fonética, y otras que tienden a representar el ilocutorio, o sea, las ideas e intenciones. Así, el español es una lengua con fama de que 'se escribe como se habla', porque en general cada letra se corresponde con un fonema, y al leerlo sabemos ya cómo se pronuncia. Lo mismo pasa con el sánscrito, y en general las lenguas europeas. El chino, sin embargo, representa ideas o conceptos. Al usar como base ideogramas, es posible leerlo sin tener en mente su pronunciación. De hecho, un mismo ideograma, por ejemplo 無, puede ser leído como 'wu' en chino mandarín, como 'mou' en cantonés, 'bo' en min nan (la variante del chino hablada en Taiwan), 'mu' en japonés³, etc...

Notemos todavía que hay partes del significado (triángulo) que se quedan fuera del círculo, porque no pertenecen exclusivamente al signo lingüístico. Se trata de un significado no literal, que tendrá gran importancia para nosotros.

2.1.- Los skandhas

El sistema de Bühler guarda cierta similitud con el concepto de los *skandhas* del *Abhidharma*. Recordemos que los *skandhas* son una sistematización de los *dharmas*, unidades básicas que constituyen un 'yo'. Este concepto de 'yo' puede ser aplicado psicológicamente tanto a la vivencia del 'sí mismo' como a la percepción de cualquier cosa. En ambos casos se trata de la percepción del objeto como algo independiente de todo lo demás, no sujeto a la interdependencia. Esta sistematización puede ser aplicada también al lenguaje.

Hay que tener en cuenta, sin embargo, que la cosmología budista implica que el pensamiento es un sentido. Así, junto con la vista y el oído, el pensamiento será el tercer sentido en juego en la comunicación lingüística. Además, en tanto que construcción del 'yo', los dharmas sirven tanto para percepción como para la producción del mensaje lingüístico. Veamos:

3 El japonés es una lengua con un sistema mixto, que combina ideogramas con un silabario, el *kana*, que sí representa la fonética.

Rūpa

o materia, sería la realidad física del signo lingüístico, sea oral o escrito, así como su significado. Esto es, tanto el triángulo como el círculo del modelo *Organon* son *Rūpa*.

Vedanā

o sensación, es el contacto de la realidad física con los órganos sensitivos. En este caso, como hemos indicado, principalmente oído, visión y mente.

Samjñā

o percepción, es el reconocimiento de la forma del signo, tanto de su forma física como de su significado convencional. En el modelo *Organon* sería un triángulo con las esquinas recortadas por el círculo: la confluencia del significado y el significante.

Samskāra

o factores mentales que se agregan a la percepción, siendo como tintes de la conciencia. En el modelo de Karl Bühler serían las esquinas del triángulo, es decir, el significado que se agrega más allá del convencional. *Samskāra* es, además, el lugar donde más directamente opera el karma, es decir, donde más se notan los condicionantes psicológicos de cada persona, tanto para percibir como para expresar.

Vijñāna

o conciencia, es la base de todo lo demás, la capacidad básica de darse cuenta.

2.2.- Los tres venenos

Imaginemos ahora una situación comunicativa práctica y cotidiana. Por ejemplo alguien está viendo la televisión, cuando otra persona se pone en medio. Para que esta situación cambie, la primera persona podría hacer uso de una frase como la siguiente:

‘Quiero seguir viendo la tele, pero estás en medio, apártate, por favor’.

‘Quiero seguir viendo la tele’ implica la función expresiva, porque expresa el deseo del hablante. ‘Estás en medio’ implica la función referencial, porque refleja la realidad, de la cual el interlocutor tal vez no sea consciente. ‘Apártate’ implica la función conativa del lenguaje, porque intenta buscar directamente un cambio en el interlocutor.

Esta frase es evidentemente teórica, porque poca gente diría una frase tan larga en una situación como esta. En su lugar, tal vez se utilizase tan sólo una de las frases, lo que implica el dominio de una función del lenguaje sobre las otras.

De esta manera, alguien que diga solamente ‘*Quiero ver la tele*’, espera que sea la expresión de su deseo lo que traiga el cambio; quien dice ‘*Estás en medio*’ busca el cambio simplemente reflejando la realidad contextual; y quien dice ‘*Apártate*’ se limita a buscar el cambio, ignorando todo lo demás.

Estas preferencias de funciones del lenguaje están condicionadas psicológicamente. En otras palabras, más allá del significado convencional del mensaje (*samjñā*), los factores mentales (*samskāra*) han dado lugar a mensajes diferentes.

Estos factores mentales crean karma, pudiendo devenir en hábitos.⁴ Como es sabido, los

4 Cabría decir todavía que el hábito puede devenir en carácter. Sería interesante comprobar como las tres

factores mentales insanos pueden ser organizados en tres grandes raíces, los tres venenos, que se podrían relacionar así con la funciones del lenguaje:

- **Ignorancia (*moha*):** cuando domina la función conativa, se nubla la visión del 'yo' y del 'ello'. Es fácil ignorar, por lo tanto, la emocionalidad y la realidad externa: '*Apártate*'
- **Rechazo (*dosa*):** cuando domina la función referencial se nubla la visión del 'yo' y el 'tú'. Así será común el rechazo de la interioridad propia y la ajena: '*Estás en medio*'.
- **Apego (*lobha*):** cuando domina la función expresiva, se nubla la visión del 'ello' y del 'tú', apegándose a la propia interioridad: '*Quiero ver la tele*'.

Los tres venenos, sin embargo, son sólo tres de más de cuarenta *samskāra*. Es decir, estos factores mentales irán acompañados de otros, lo que condiciona mucho el tipo de karma que producen. Los tres venenos son factores mentales insanos que están latentes en los mensajes anteriores, pero si concurren con factores mentales hermosos, como la palabra correcta, no producen karma negativo.

2.3.- La palabra correcta (*samma-vacca*)

¿En qué consiste, pues, la palabra correcta? Es un factor mental, pero también es un brazo del Óctuple Sendero. El Buda Sakyamuni la definió así:

Monjes, la palabra ha de estar dotada de cinco factores para ser bien-hablada, no mal-hablada, para ser sin tacha, sin falta y propia de personas sabias. ¿Que cinco factores?

Será oportuna. Expresará la verdad. Saldrá del corazón. Será beneficiosa. Tendrá buena intención.

La palabra dotada de estos cinco factores es bien-hablada, no mal-hablada. Es sin tacha, sin falta, y propia de personas sabias.

(*Vacca Sutra*, Traducido de: <http://www.accesstoinight.org/tipitaka/an/an05/an05.198.than.html>)

De esta manera tan simple, el Buda nos dejó una guía rápida para favorecer los factores mentales que sirven como antídotos naturales a los tres venenos.

Expresar la verdad implica la no ignorancia, esto es, la sabiduría (*prajña*). Que el mensaje salga del corazón implica la fé o confianza (*saddha*). El hecho de que sea efectivamente beneficioso implica la levedad, maleabilidad, adaptabilidad, eficiencia y rectitud del cuerpo mental y de la conciencia⁵. La buena intención implica el miedo a hacer mal (*ottappa*), la compasión (*karuna*) y el regocijo por el bien ajeno (*mudita*). Finalmente, la oportunidad de la palabra implica la atención plena (*sati*), necesaria para una correcta integración de la palabra en su contexto, esto es, más allá del qué se dice, quién lo dice, a quién, dónde, cómo y con qué intención.

raíces del carácter egoico que indica Claudio Naranjo se corresponden con las funciones del lenguaje. Un buen documento de referencia es la tesina del PEB de Saúl F. Estévez Cuntín, *Eneagrama y Budismo*.

5 Esto son doce factores mentales diferentes: *kaya-passadhi, citta-passadhi, kaya-lahuta, citta-lahuta, kaya-muduta, citta-muduta, kaya-kammaññata, citta-kammaññata, kaya-paguññata, citta-paguññata, kayujukata, cittujukata*

3.- Construyendo el discurso: los tres mundos

Para la pragmática, la comunicación deriva precisamente de la integración del texto en su contexto. Consideramos texto un mensaje lingüístico, esto es, arbitrario, dependiente de convenciones, que podrá ser verbal o no verbal. El contexto es el ámbito real en que aparece el texto: el lugar, el momento, la persona que lo dice y a quien se dice, los conocimientos que estas personas comparten, etc...

Al significado resultante de la relación entre texto y contexto se le llama *discurso*. Un mismo texto puede tener infinitas realizaciones, y por lo tanto, un único texto puede dar lugar a infinitos discursos⁶, y su significado podrá ser nuevo cada vez.

Así, una simple palabra como 'teléfono' puede significar muchas cosas diferentes según el contexto en que sea pronunciada. Por ejemplo un niño que está aprendiendo a hablar apunta con el dedo a nuestro teléfono, mientras dice esta palabra. El significado sería algo así como 'déjame el teléfono para jugar con él'. Pero si la situación es que alguien está en el aseo y oye sonar el teléfono, y grita 'teléfono!', esto podría querer decir, sin pronunciar ni una palabra más, algo así como 'que alguien lo coja, que yo no puedo'.

En este paso del significado del texto al del discurso operan varias fuerzas que colaboran y se complementan. Se trata de tres tipos de procesos cognitivos, que podríamos resumir de la siguiente manera:

- **Convención:** llamaremos así a aquel significado que está en las palabras, esto es, el significado de los conceptos creados por oposición entre ellos. Si oímos o decimos la palabra *perro*, sabemos lo que significa porque tiene características que lo diferencian, por ejemplo, de *gato*. Esta construcción por oposición, además, es una convención social, porque no existe ninguna relación directa entre la palabra y su significado.
- **Inferencia:** aunque al oír la palabra 'perro' reconozcamos el concepto, la imagen mental que cada persona hace de un perro será diferente. Esto es debido a que cada persona tiene una vivencia propia del concepto. Así, al oír la palabra 'perro' una persona se imaginará un doberman, otra un caniche, etc... Hay palabras que sirven específicamente para este tipo de significados. Un buen ejemplo son los indefinidos: *mucho, poco, alguno...*
- **Deixis:** el significado del discurso se construye en base al momento presente. Especialmente el significado temporal y espacial, así como la persona. Conceptos como *aquí, ahora, yo, esto...* significan cosas totalmente diferentes según cuando, donde y quien las diga. También hay palabras que sirven específicamente para expresar estos significados, que reciben el nombre de deícticos.

Es curioso notar que la construcción del significado, según se haga con mayor o menor presencia de uno u otro proceso, dará lugar a discursos con mayor o menor probabilidad de ser considerados falsos. Por ejemplo:

- *Tengo el pelo muy rubio.*

La presencia del adverbio indefinido 'muy' da al significado de 'rubio' un significado que debe ser inferido por el interlocutor. Por lo tanto hay una probabilidad grande de que el enunciado sea considerado falso, porque lo que para uno es mucho para otro puede ser poco. Es una verdad puramente subjetiva.

6 En el Abhidharma, de esto se infiere que el lenguaje está más allá del espacio y del tiempo.

- *Tengo el pelo rubio.*

Siempre que la persona que lo dice tenga el pelo de color amarillo, la frase se ajustará a la convención social de llamar *rubio* a ese color de pelo. Si no tiene el pelo de ese color, no se ajusta a la convención social, y la frase será falsa.

- *Tengo el pelo así.*

Siempre que cuando oigamos esta frase podamos ver el pelo de la persona que habla, la frase será muy probablemente verdadera. El adverbio deíctico 'así', al ganar su significado de la experiencia inmediata, no puede ser considerado falso.

3.1.- Los tres mundos y la palabra

En esta tesina defenderé que estos tres procesos cognitivos son la manifestación, a nivel lingüístico, del *trailokya* (Sk.), la división tradicional budista de los tres planos de existencia⁷, que como es sabido, además de conformar una cosmología compleja, son también un mapa de la conciencia:

- **Kāmaloka**, o reino del deseo, es un plano gobernado por deseos básicos. Se correspondería con el proceso de la inferencia. Las diferencias de interpretación de un mismo mensaje que personas diversas pueden tener en un mismo contexto dependen de los condicionamientos de cada persona. Estos condicionamientos derivan de su experiencia personal, esto es, en definitiva, de su *karma*. El nombre *kāmaloka* (Pl.) o *karmadhattu* (Sk.) nos indica que este es el reino del *karma*.

- **Rūpaloka**, o reino de la forma, es un plano no gobernado por el deseo ni el odio, pero donde todavía existen formas sensibles. Su correspondencia semántica sería el proceso de reconocimiento de la convención. Las estructuras lingüísticas son de hecho formas, que se definen por discriminación, por oposición, y, siendo como son convenciones, están menos sujetas a los deseos y, en definitiva, al karma.

- **Arūpaloka**, o reino de la no-forma, es el plano de la no-dualidad. Su correspondencia sería la deixis, porque el significado deíctico se construye en base al aquí y ahora, o mejor dicho, es el propio aquí y ahora, no cabiendo la distinción entre el ser y el no ser.

Me gustaría puntualizar que no estoy afirmando que *inferencia*, *convención* y *deixis* sean conceptos idénticos a *kāmaloka*, *rūpaloka* y *arūpaloka*. Como ya he dicho, considero que son tan sólo la manifestación de estos tres mundos en el ámbito del lenguaje. En otras palabras, los procesos de construcción del significado del discurso son procesos cognitivos aplicados al lenguaje, y los tres mundos son estados mentales en que operan principalmente cada uno de esos procesos cognitivos.

Así, alguien cuya mente se encuentre en el reino del deseo, tendrá mayor tendencia a las malas interpretaciones, porque estará haciendo un mayor uso de la inferencia, construyendo el significado en base a sus condicionamientos kármicos, es decir de su neurosis. Alguien en esa situación podrá interpretar por ejemplo un sincero 'Te quiero' como si la persona que se lo dice se estuviese compadeciendo de él o ella, o como si quisiese engañarla. Una persona cuya mente está en el reino de la forma se limitará a interpretar la convención de la frase racionalmente, tal vez sopesando lo que la frase supone en la relación entre las dos personas. Sin embargo, alguien en el reino de la no-forma, ante un 'Te quiero' de verdad, estará abierto al momento presente, es decir, simplemente sentirá amor.

⁷ La misma correspondencia que hacemos a continuación con los tres mundos podríamos hacerla con las tres naturalezas de lo real de la escuela Yogaçara, sin tener que modificar mucho el discurso.

Comprobamos así que que en *arūpaloka* no existe dualidad, porque no existe diferencia entre significante y significado, esto es, no existe lenguaje en tanto que símbolo convencional. En un 'te quiero' sincero, el hecho de expresarlo y el hecho de sentirlo son uno. Por lo tanto, la comunicación verbal puede existir en el reino de la no-forma, pero esta comunicación difiere sustancialmente a respecto de otras formas de comunicación verbal.

4.- Conciencias, niveles y paradojas: los Go-I

Hemos hablado hasta ahora del lenguaje como acto. Ahora ampliaremos algo el campo y hablaremos del lenguaje como conducta. Básicamente seguiremos las ideas del psicólogo alemán Paul Watzlawick⁸, cuya obra nos ha resultado especialmente interesante.

Para efectos de esta tesina, quiero resaltar una idea importante: la imposibilidad de no comunicar. Cuando alguien se ve integrado en un contexto comunicativo, comunicará aunque no quiera. Incluso el silencio comunica, incluso la quietud, si hay una conciencia buscando respuestas.

Imaginemos que alguien está haciendo zazen, por lo tanto manteniendo un estatismo y silencio estrictos. Imaginemos que alguien se le acerca y empieza a hablarle, pero la persona sigue haciendo zazen, y por lo tanto no haciendo estrictamente nada. La persona que habla interpretará el silencio y la postura igualmente, por ejemplo como 'déjame en paz' y se irá, o tal vez simplemente como un 'no te he oído' y seguirá hablando. En cualquiera de los dos casos, se habrá dado intercambio de información y, por lo tanto, habrá comunicado.

Como se ve, también es muy relevante la importancia que Watzlawick da al lenguaje gestual. Por otro lado, para el modelo de Watzlawick es indiferente que la información se comunique de forma consciente o inconsciente. Esto implica otra novedad importante del paradigma: la comunicación humana se da simultáneamente en varios niveles. Watzlawick concretará todavía más, y reconocerá cuatro niveles cognitivos.

El primer nivel es la percepción sensorial, siendo el segundo un conocimiento sobre esa misma percepción. En otras palabras, el primero es *vedanā*, la sensación, y el segundo *samjñā*, la percepción, tal como son concebidos en los cinco *skandhas*.

Llevado al lenguaje, cuando por ejemplo oímos a alguien, el primer nivel sería oír el sonido, mientras el segundo sería reconocer, en esos sonidos, fonemas, palabras o frases, lo que supone el reconocimiento también de los significados asociados.

El siguiente nivel es la formación de una visión unificada del mundo en que el individuo se inscribe. Esta visión deriva de las experiencias (lingüísticas o no) de segundo nivel. Watzlawick hace notar que, en este tercer nivel, la constatación de la falta de veracidad de la visión construida puede ser dolorosa, y por eso hay normalmente resistencias al cambio en las personas adultas. Este es, de hecho, el ámbito de actuación de la psicoterapia.

Ejemplos del tercer nivel cognitivo podrían ser tanto los conocimientos culturales formales, adquiridos por ejemplo en ámbitos académicos, como los informales, como la concepción de las relaciones familiares. También el conocimiento de un idioma es de tercer nivel, entre otros muchos.

El cuarto nivel está más allá de lo psicológico y es de naturaleza existencial. Este nivel está fuera del lenguaje, no porque el lenguaje no pueda expresarlo, sino porque simplemente no puede comunicarlo. Así, si el primer nivel es un "*así es como te veo*", el segundo un "*así es como veo que me ves*" y el tercero "*así es como yo veo que tu ves que yo te veo*". Estas frases, aunque vayan aumentando en complejidad, son

⁸ Hablaremos de Watzlawick para abreviar, pero realmente las ideas corresponden a un grupo al que habría que sumar a Janet Helmick Beavin y Don. D. Jackson, que junto a Watzlawick recogen ideas en gran medida inspiradas por Gregory Bateson en el libro *Teoría de la Comunicación Humana*.

comprensibles. Sin embargo, el cuarto nivel “*así es como yo veo que tú ves que yo te veo que me ves*” está virtualmente fuera de la comprensión, y por lo tanto fuera del lenguaje.

Los cuatro niveles actúan simultáneamente, siendo posible que, si en un nivel existe una contradicción, esta sea resuelta en otro nivel, incluso provocando cambios en los niveles de comprensión superiores. La multiplicidad de niveles conlleva la multiplicidad de verdades, lo que abre la puerta al concepto de paradoja, esto es, verdades simultáneas, en diferentes niveles o en el mismo, que se contradicen entre sí.

Por ejemplo, podríamos oír la frase ‘El gato se ha sumergido en el estanque’. La frase es paradójica, porque todo el mundo sabe que los gatos tienen miedo al agua, y por lo tanto esto es un conflicto entre una verdad de segundo nivel (la frase percibida) y una de tercero (el conocimiento del mundo). Entonces, haciendo uso de nuestros conocimientos de tercer nivel, podríamos corregir la frase mentalmente, dándonos cuenta de que el que se ha sumergido en el estanque es el ‘pato’. La paradoja se ha creado por un problema de segundo nivel (la percepción de ‘gato’ por ‘pato’), que se ha resuelto en el tercero, modificando el segundo.

Sin embargo, la resolución de la paradoja podría haberse hecho en otro sentido. Alguien podría quedarse simplemente con el significado literal de la frase. Entonces la persona podría suponer que, aunque a los gatos no les guste el agua, a este en concreto sí, e incluso podrá intentar bañarlo en el futuro. En este caso, la paradoja creada por un error de segundo nivel se habría resuelto también en el tercero, pero modificando precisamente la concepción del mundo, es decir el tercero.

Cabe notar que el proceso de resolución de la paradoja que hemos expuesto no es un proceso cualquiera. Se trata de una inferencia, y ya hemos visto que las inferencias se corresponden con el mundo del karma (*kāmaloka*). Por lo tanto, la resolución de las paradojas está condicionada por el propio karma, y produce karma. También importa notar que una solución ha dado lugar a un conocimiento verdadero (la primera), mientras la segunda ha dado lugar a un conocimiento erróneo, que podrá dar lugar a comportamientos equivocados como bañar al gato.

Watzlawick describe todavía un tipo de paradoja concreto de especial interés: la paradoja pragmática. Este tipo de paradoja se da en una relación de interacciones en la cual uno de los participantes no puede, en virtud del poder ostentado por el otro o otros, sustraerse del juego paradójico que la(s) persona(s) dominantes imponen consciente o inconscientemente. Así, en una paradoja pragmática, la persona que tiene el rol dominante impone verdades contrarias en diversos niveles, que el pasivo, al no poder sustraerse a ellas, podrá convertir, inconscientemente, en información paradójica de tercer nivel. Esto produce cambios significativos, que pueden dar lugar a enfermedades psicológicas, como la esquizofrenia, pero también a cambios terapéuticos de diversa índole.

El propio Watzlawick ofrece muchos ejemplos de como una comunicación paradójica da lugar a comportamientos neuróticos. Por ejemplo ofrece el caso de una madre que visita a su hijo esquizofrénico, que había dado señales de mejora, en la clínica donde estaba internado. Cuando la madre se acerca al hijo, este intenta pasarle la mano por encima del hombro amigablemente, a lo cual la madre responde inconscientemente con un gesto de miedo. Inmediatamente el hijo retira el brazo, a lo cual la madre responde diciendo ‘¿Por qué te apartas? ¿Es que ya no me quieres?’ A partir de ese momento, el hijo tuvo una recaída.

Este ejemplo muestra como dos verdades de segundo nivel chocan de manera irresoluble. Por un lado el gesto inconsciente de la madre indica claramente los celos que ella siente hacia él, pero las palabras expresadas conscientemente muestran todo lo contrario. Si la relación que existe entre los dos fuese cualquier otra, el hijo simplemente podría mirar hacia otro lado. Pero tratándose de su propia madre, no puede abstraerse y, aunque conscientemente no consiga tal vez ni ver el conflicto, inconscientemente modifica su visión del mundo (tercer nivel) para crear una visión neurótica, en la que, por ejemplo, las agresiones sean algo normal, o donde su propia capacidad para interpretar el mundo esté siempre en cuestión.

Curiosamente, entre los ejemplos de usos terapéuticos de las paradojas pragmáticas, el propio Watzlawick indica diálogos de maestros zen. Por ejemplo un hombre al que, ante la muerte de su mujer, esta le hace prometer que no se unirá a otra. Varios años después, sin embargo, él se enamora de otra mujer y empieza una nueva relación, y a partir de ahí el espíritu de la difunta empieza a aparecerse, echándole en cara haber faltado a la promesa, lo que provoca un gran sentimiento de culpabilidad en él. El hombre va a pedir entonces consejo a un maestro zen, que le dice que pueden estar pasando dos cosas: una, que se trate realmente de un espíritu vengativo, y otra que sea sólo una invención de su mente. El tratamiento del problema diferirá en cada caso, y para saber de que caso se trata, el hombre debe pedir permiso al espíritu para dar rienda suelta a su nuevo amor. Esa misma noche, cuando la aparición se hace presente, el hombre decide levantar la cabeza para hablarle, dándose cuenta en ese momento de que el espíritu ha desaparecido para siempre.

La situación inicial del hombre de esta historia es paradójica: si sigue el amor traiciona el amor. Su primera mujer tiene en este caso una autoridad, que él mismo le otorga, que se ve reforzada por el hecho de estar muerta, lo que quita toda posibilidad de retirar la promesa. Pero la respuesta del maestro zen no es menos paradójica. En función de la autoridad que le confiere ser maestro zen, sitúa al hombre en una nueva contradicción: si no hace lo que le dice, significa que no quiere resolver la situación y está cómodo con ella, pero hacer lo que le dice supone romper el equilibrio de fuerzas entre el amor antiguo y el nuevo, lo que equivale a romper la situación paradójica anterior.

4.1- Los niveles cognitivos en el Budismo

El Dharma del Buda siempre ha trabajado con más de una verdad simultánea. En el *Abhidharma*, por ejemplo, se hablaba ya de una verdad absoluta o *paramartha* (los *dharma*s, sistematizados por ejemplo en los *skandhas*), contrapuesta a una verdad convencional (*samutti*), fruto del acuerdo entre nosotros. Esta duplicidad responde a la necesidad de explicar al mismo tiempo la verdad última, esto es, que los fenómenos no existen por sí mismos, y la verdad práctica del día a día, en la que es necesario interactuar con los fenómenos. En otras palabras, no hay nada en la comida que haga que exista por sí misma (*paramartha*), pero si no comemos nos moriremos de hambre (*samutti*). Ambas verdades son reales, y sólo la primera puede llevarnos a la liberación, pero no sin la segunda.

En el siglo II de la era cristiana, Nagārjuna revolucionará este planteamiento, al afirmar la vacuidad de los dharmas. Desde entonces, la escuela *Mahayana* mantendrá la existencia de dos verdades: la convencional o aparente (*samutti*), en la que se incluyen los dharmas, y la absoluta (*paramartha*), que suele ser referida como vacuidad (*sunyata*), pero sobre la cual se insiste en la imposibilidad de expresarla por medio del lenguaje.

Todavía, a partir del siglo IV, la escuela *Yogaçara* fundada por Asanga reformulará el *Trailokya*, convirtiendo la vieja cosmología, que ya hemos visto que era también una psicología, en una metafísica nueva a la luz de las dos verdades de Nagārjuna. Así Vasubandhu diferenciará tres naturalezas de la realidad: la Naturaleza Ilusoria o *Parikalpita*, que corresponde al ámbito de los objetos sensoriales, y que es caracterizada como puramente imaginaria; la Naturaleza Condicionada o *Paratantra*, que corresponde al ámbito de la persona individual que percibe desde sus categorías, y que se caracteriza por depender de convenciones; y finalmente la Naturaleza Absoluta o *Parinispāna*, que corresponde al ámbito de lo absoluto y que se iguala a la verdad absoluta de Nagārjuna.

Nótese cómo esta división refuerza la correspondencia entre el *Trailokya* y los tres recursos cognitivos de construcción del significado, que hemos visto en el capítulo 3.1, incluso correspondiéndose la veracidad de los discursos construidos en base a cada recurso. Nótese, todavía, de qué manera los ámbitos de representación (objetos empíricos, persona individual y absoluto), se corresponden con los niveles cognitivos de Watzlawick, y nos daremos cuenta de hasta qué punto las realidades que refieren se corresponden entre ellas. Podríamos fácilmente crear un esquema de correspondencias, de la siguiente manera:

Trailokya	Nagārjuna	Vasubandhu	Watzlawick
<i>Kāmaloka</i>	Verdad convencional	<i>Parikalpita</i>	Primer nivel
<i>Kāmaloka</i>	Verdad convencional	<i>Parikalpita</i>	Segundo nivel
<i>Rūpaloka</i>	Verdad convencional	<i>Paratantra</i>	Tercer nivel
<i>Arūpaloka</i>	Verdad absoluta	<i>Parinispāna</i>	Cuarto nivel

Notemos todavía como estas correspondencias, siendo en verdad la expresión de una única cosa, se dan en ámbitos de pensamiento muy diferentes. Estamos hablando de una realidad que se expresa en los campos de la cosmología, la lógica, la psicología, la metafísica e incluso en lo soteriológico. Una verdad múltiple para múltiples lecturas de la realidad.

4.2.- Una lógica para verdades múltiples: los *Go-I*






Cuando Nagārjuna afirmó la vacuidad de los *dharmas* hizo algo más que reformular los conceptos de *paramartha* y *samutti* del *Abhidharma*. La afirmación de que los *dharmas* son una verdad convencional, puesto que son vacío, junto con la afirmación de que la vacuidad es la verdad absoluta, implica la unidad de la verdad absoluta y la verdad convencional: el *samsara* no es diferente del *nirvana*. De esta manera, Nagārjuna creó la gran paradoja pragmática del budismo Mahayana: si el *nirvana* es idéntico al *samsara*, para qué es necesaria la práctica de la Vía⁹?

Las respuestas a esta pregunta son en gran medida las diversas escuelas del mahayana. Una de estas respuestas son los *Go-I*, creados en el siglo IX por el maestro Dongshan Liangjie, fundador la escuela zen *Caodong* (ch.) o *Soto* (jp.), y posteriormente desarrollados por su discípulo Caoshan Benji. Se trata de cinco 'posiciones' o

9 Como es sabido, esta es la contradicción esencial que motivó toda la práctica y obra del maestro Dōgen, solamente formulada de manera diferente: 'Si ya tenemos la naturaleza de Buda ¿Para qué necesitamos la práctica?'

'gradaciones' de interpenetración de la verdad absoluta (*sunyata*) y los fenómenos (verdad convencional). Los *Go-i* suelen ser referidos en occidente como un sistema lógico, pero como veremos son algo más: un mapa de la mente iluminada.

Dongshan Liangjie, desarrolló este sistema en los *Versos sobre las Cinco Posiciones*, que por razones de extensión no podemos reproducir aquí. En ellos se nombran las siguientes modalidades de interpenetración entre la verdad absoluta (lo real) y los fenómenos (lo ilusorio)¹⁰, ilustrando cada modalidad con un hexagrama o trigramma del I-Ching y una fase lunar:

<p>Lo aparente en lo real</p> 	<p>Se trata de la mente ordinaria, donde no hay reconocimiento de la vacuidad de los fenómenos. A pesar de ello, la mente ordinaria es la mente de Buda, o al menos un aspecto de esta: aunque no seamos conscientes de la vacuidad, ésta existe, y es de hecho la base para la propia mente ordinaria.</p>
<p>Lo real en lo aparente</p> 	<p>Aquí la mente ordinaria reconoce en los fenómenos la existencia de la vacuidad. Se trata de la intuición de la trascendencia, que nos lleva a la práctica. En este reconocimiento existe dualidad entre el yo que observa y los fenómenos observados.</p>
<p>La entrada en lo real</p> 	<p>Esta posición es la vivencia de la vacuidad propiamente dicha. Por ejemplo durante la práctica de zazen, la vivencia de la desaparición del yo y la experiencia de la unidad con el todo. Es un estado más allá de las palabras que sólo puede ser vivido, pero nunca 'transmitido' por el lenguaje.</p>
<p>La integración mutua</p> 	<p>En esta posición se reconoce el propio 'yo' como fenómeno, y por lo tanto como vacuidad. La vacuidad y los fenómenos se integran en el yo, que es vacío. Desaparece así la dualidad entre el yo y lo otro, y los actos surgidos de este estado mental lo hacen desde la no-dualidad. También las palabras.</p>
<p>La realización de la unidad</p> 	<p>La realización de que todas las posiciones anteriores son simultáneamente verdaderas y presentes es esta quinta posición. De hecho, aunque 'nuestra' mente se encuentre en una de las posiciones anteriores, las otras están también presentes, por ejemplo en 'los otros'.</p>

Esta cinco posiciones implican un sistema lógico cuya realización está implícita en la práctica de la vía. Sus cinco axiomas serían los siguientes:

¹⁰ Seguimos para esta sistematización la exposición del maestro zen australiano Ross Bolleter, discípulo de Robert Aitken, de la Sangha del Diamante, expuestas en el libro *'Dongshan's Five Ranks Keys to Enlightenment'*

- **B es A:** La vacuidad es los fenómenos.
- **A es B:** Los fenómenos son vacuidad.
- **A es A:** La vacuidad es la vacuidad.
- **B es B:** Los fenómenos son los fenómenos.
- **Las afirmaciones precedentes son simultáneamente verdaderas.**

La quinta posición constituye la piedra de toque de los *Go-I*, y guarda una sabiduría profunda. La vivencia de que las posiciones precedentes son simultáneamente verdaderas implica que no existen grados de verdad, es decir, no son menos reales los fenómenos que la vacuidad, ni menos verdaderas las formas en que se interpenetran en nuestra percepción. En otras palabras, las formas en que percibimos lo real son formas de lo real. La consideración que demos a cada una de esas formas y nuestra capacidad para reconocerlas es lo que marca la diferencia en la práctica¹¹.

11 Nótese que esta verdad estaba implícita ya en el Abhidharma y en Nagarjuna (la dos verdades), así como en las tres naturalezas de lo real de la escuela Yogaçara.

5.- Los Kôans

Según Albert Welter, el género del *kôan* nace en el siglo XI para ejemplificar un principio básico del Zen, que lo caracteriza frente a otras escuelas budistas: 'la transmisión más allá de las enseñanzas'. Este principio, junto con otros tres ('no apego a las palabras ni a la literalidad', 'apuntar directamente a la mente humana' y 'convertirse en Buda tras contemplar la propia naturaleza verdadera') sería la principal seña de identidad del Zen, tradición que en la China de aquella época empezaba a despuntar entre otras escuelas budistas. Cuando hablamos de los *kôans*, por lo tanto, debemos saber que estamos hablando del corazón del Zen, no porque el uso de los *kôans* sea consustancial a todas sus prácticas, sino porque nacen para ejemplificar aquello que el Zen considera que le es más propio: la idea de la transmisión íntima de maestro a discípulo, de corazón a corazón.

La aparición de las primeras colecciones de *kôans* se remonta también al siglo XII, con las *Crónicas del Acantilado Azul* (Ch. *Biyán Lù* / Jp. *Hekiganroku*), recogidas por *Yuanwu Keqin* (Jp. *Enko Kokugon*). Otras colecciones canónicas, ya en siglo XIII, son *La Puerta sin Puerta* (Ch. *Wúménguān* / Jp. *Mumomkôan*), recopilado por *Wúmén Huikāi* (Jp. *Mumon Ekai*) y el *Libro de la Serenidad* (Ch. *Cóngrónglù* / Jp. *Shôyôryoku*). Las dos primeras suelen ser ligadas a la práctica en la escuela Rinzai (Ch. *Linji*), mientras la tercera se suele ligar a la escuela Soto (Ch. *Caodong*), habiendo sido recopilada, de hecho, por un maestro de esta escuela, *Hóngzhì Zhēngjué* (Jp. *Wanshi Shôgaku*).

El sucesor de Yuanwu Keqin fue Dahui Zonggao, primer formalizador del *Hua Tou* (jp. *watô*), esto es, la práctica de la observación de los *kôans*, de la escuela Rinzai. En esta práctica, el maestro ofrece a un discípulo un *kôan* sobre el que trabajar. Este debe interiorizarlo, incorporándolo a su vida diaria como foco de atención en todo momento. Esto llevará al practicante hacia una comprensión superior, que se podrá manifestar en forma de despertar súbito, después de un proceso de agotamiento de la mente discursiva. La comprobación del resultado del despertar la hará el maestro en una entrevista personal.

Según Marten Schlütter, la defensa férrea que Dahui hizo de la práctica de la observación de los *kôans* como única vía superior a la iluminación fue lo que dio lugar al conflicto sectario entre la escuela Rinzai y la Soto. Hasta ese momento, la distinción entre las escuelas del Chan había sido la simple constatación de tendencias de estilo, pero a partir de ese momento surge un verdadero conflicto, que, aunque acabaría por desaparecer en China, se perpetuó en Japón.

Dahui criticó duramente la Iluminación Silenciosa de la escuela Soto. Según él, la práctica de nuestra escuela era blanda, creando en los practicantes (especialmente los laicos letrados) la falsa idea de una práctica sin objetivo. La visión que Dahui parecía tener de la escuela Soto era la de una práctica sin iluminación, como una especie de vía de simple relajación, cuando para él la sensación de despertar súbito, derivada de la superación de la duda creada por el *kôan*, era absolutamente necesaria.

Más allá de la veracidad de la visión de Dahui (y evidentemente, la de la extrapolación de esa visión a la práctica Soto actual), vale la pena notar que el tópico de que los *kôans* son patrimonio exclusivo de la escuela Rinzai es falso. Como se ha indicado antes, incluso una de las colecciones canónicas, el *Libro de la Serenidad*, fue recopilado por un maestro Soto. Por tanto, los *kôans* han formado parte de la práctica de nuestra escuela desde poco después de su fundación. Existen incluso noticias de prácticas herméticas entre maestro y discípulo (el *kirigami*) que tenían los *kôans* como vía principal de expresión y transmisión.

Por otro lado, algunas formulaciones claramente Soto, como los *Go-I*, están en la base del currículo de la escuela Rinzai para la práctica del *watō*, después de que en el siglo XVIII esta fuese reformulada radicalmente en Japón por el maestro Hakuin Ekaku. La escuela Soto no tiene la observación de los *kōans* (el *watō*) como práctica central, eso es cierto, pero a pesar de ello los *kōans* y la escuela Soto tienen una larga historia de entendimiento mutuo.

5.1.- Venenos, paradojas y el tránsito entre los mundos

Desde un punto de vista formal, los *kōans* (Ch. *kung-an*) son diálogos breves, normalmente extraídos de los relatos de las vidas de grandes maestros y patriarcas. El origen del propio género textual deriva de diálogos similares en que autoridades civiles administraban justicia. Esto nos sitúa en una perspectiva ejemplar en la que la autoridad (a veces el maestro, a veces el discípulo a pedido del maestro) da respuesta a un problema, demostrando su iluminación.

Importa notar que normalmente la respuesta es una paradoja que rompe la lógica de la pregunta dada, tanto por medio de palabras como de gestos. Esta ruptura implica un problema inicial, esto es, un veneno, para el cual la paradoja sería, no sólo respuesta, sino antídoto: la paradoja se destina a señalar el veneno subyacente y busca superarlo.

Veamos, por ejemplo, el *kōan* 'Nanquan mata un gato', tal vez el más famoso de los casos en que aparece el maestro Zhaozhou, junto con el *kōan* *Mu*.

*Un día, en el templo de Nanquan, los monjes de las alas este y oeste estaban discutiendo sobre un gato. Cuando Nanquan lo vio, tomó el gato, lo levantó y dijo: 'si conseguís decir algo, no lo cortaré en dos'. Los monjes no tuvieron respuesta, y Nanquan cortó el gato en dos. (...)*¹²

Nanquan, abad del monasterio, sitúa a los monjes ante una disyuntiva paradójica: si son capaces de hablar, significa que el miedo de perder al gato no los mantiene paralizados, por lo tanto su deseo no es tan grande y el gato vivirá, pero si su deseo es real, el gato sufrirá la consecuencia de la falta de los monjes, lo que significa que también los monjes sufrirán las consecuencias kármicas de su deseo.

Hasta aquí, la paradoja y el veneno son más o menos evidentes. Sin embargo, el *kōan* todavía no ha acabado.

(...) Un tiempo después, Nanquan contó este incidente a Zhaozhou y le preguntó qué hubiese hecho él en aquella situación. Zhaozhou sacó inmediatamente sus sandalias, las puso sobre la cabeza y se fue. Nanquan dijo: 'si tú hubieses estado, podrías haber salvado al gato'.¹³

Es probable que ante esta segunda parte nos hayamos quedado perplejos. Nanquan ha propuesto la situación anterior a su discípulo como si de un *kōan* se tratase, y la respuesta de este es desconcertante. Probablemente lo que nos pasa es que no sabemos construir el significado del gesto de Zhaozhou: nada en nuestro entorno nos da claves para interpretar el hecho de poner unas sandalias sobre la cabeza e irse, y sin embargo,

¹² *Libro de la Serenidad. Caso 9. Traduzido de la versión en inglés de Cleary, Thomas, Book of Serenity: One Hundred Zen Dialogues, Lindisfarne Press, 1990*

¹³ Vid. 13.

la respuesta de Nanquan sugiere que ha habido comunicación, y que ha sido efectiva.

En una situación normal, ante un gesto de estas características, tal vez simplemente pensaríamos que la persona está loca y seguiríamos con nuestra vida. Pero si aceptamos que el texto contiene una sabiduría profunda, seguramente intentaremos desvendar el misterio, buscando una explicación lógica. Como no podemos compartir el momento ni el espacio en que el diálogo original tuvo lugar, nos vemos obligados a buscar las claves en nuestra experiencia acumulada, es decir, tendremos que intentar hacer una inferencia, lo que nos sitúa en el mundo del deseo (*kāmaloka*). De hecho, será fácil desear fervientemente resolver el misterio, lo que significa que nos habremos contagiado del mismo veneno de los monjes del *kōan*.

Ahora imaginemos que durante largo tiempo damos vueltas en la cabeza a la interpretación del *kōan*. Esto conlleva que no tenemos toda nuestra atención en el momento presente. Podemos pasar años pensando y pensando, y cada vez el diálogo tendrá menos sentido. Tal vez nos desesperemos, y sólo distinguimos lo inútil de seguir buscando sentido a las palabras. Pero un día, por mera casualidad, alguien dice ante nosotros la frase 'la Vía está bajo nuestros pies'. Tal vez entonces interpretemos el contenido convencional del gesto de Zhaozhou: si la vía está bajo nuestros pies, y las sandalias están sobre la cabeza, la vía es lo que hay debajo de las sandalias, o sea, el 'yo'. Así habremos pasado al mundo de la forma (*rūpaloka*), interpretando el significado convencional.

Pero la construcción del significado del *kōan* se ha hecho a partir de un dato tomado del instante presente. En ese caso, no sólo el *kōan* ha ganado sentido, sino sobre todo el instante presente. Tal vez se dé entonces una sensación de atemporalidad, en la que no hay diferencia entre antes y después. Al desaparecer la duda, la atención ya no estará dividida. Todo se resume en un ahora impregnado de una enseñanza: la Vía está bajo nuestros pies, esto es, la vía es esto, aquí y ahora. La duda ha cesado, el deseo también. El *kōan* nos ha llevado al aquí y ahora, y en el proceso se ha vaciado la necesidad de entenderlo. Si hemos tenido suerte, habremos llegado al mundo de la no forma (*arūpaloka*).

El proceso de interpretación no nos ha inducido el veneno, que realmente estaba ya allí, aunque lo ha dirigido hacia las palabras. Después nos ha dado el antídoto. La intensidad del despertar se habrá alimentado de la intensidad de la duda anterior. En este proceso hemos pasado por los tres mundos, pero los relatos de trabajos con *kōans* hablan muy mayoritariamente de despertares en que no se ha entendido en absoluto el sentido literal y convencional, por lo tanto el paso se da directamente del mundo del deseo al mundo de la no forma. Realmente, el veneno del que nos hemos curado no es consecuencia de las palabras, aunque las palabras lo estuviesen expresando. Por eso, la interpretación consciente del sentido no es necesaria en absoluto. Podemos imaginar que el despertar en esos casos no sólo es tan real como el que hemos narrado, sino mucho más.

5.2.- El *Kōan Mu*: la comunicación paradójica en cinco posiciones

El *kōan Mu* es uno de los más famosos de la tradición zen. El maestro Dahui lo indicaba como primera puerta de la práctica del *Hua Tou*, y también Hakuin, en el siglo XVIII, lo conserva como primera prueba en su currículo de práctica. La popularidad de este *kōan* es innegable, existiendo muchas versiones diferentes de él, lo que hace suponer que antes de ser recogido por escrito, el *kōan* habría gozado de una gran popularidad transmitida oralmente. Las dos versiones más importantes son la que se conserva en *La*

Puerta sin Puerta y en el *Libro de la Serenidad*, que reproducimos a continuación:

VERSIÓN 1

*Un monje preguntó a Zhaozhou, “¿Un perro tiene la naturaleza de Buda o no?”
Zhaouzhou respondió: ‘No’.
(La puerta sin puerta. Caso 1)*

VERSIÓN 2

*Un monje preguntó a Zhaozhou ‘¿Un perro tiene la naturaleza de Buda o no?’.
Zhaouzhou respondió: ‘Sí’. El monje dijo ‘Si es así, ¿por qué se metió en ese saco de huesos y piel?’. Zhaozhou dijo: ‘Porque lo hace conscientemente’.
Otro monje le preguntó ‘¿Un perro tiene la naturaleza de Buda o no?’. Zhaouzhou respondió: ‘No’. El monje dijo ‘Todos los seres sintientes tienen la naturaleza de Buda. ¿Por qué nó el perro?’. Zhaouzhou dijo ‘Porque tiene conciencia de su karma’.
(Libro de la Serenidad, Caso 18)*

Explicar pormenorizadamente las dos versiones es un objetivo que ultrapasaría en mucho los límites de esta tesina, y sinceramente el autor no sabe si estaría preparado para hacerlo. Por ello, nos limitaremos a estudiar la versión de *La Puerta sin Puerta*, la más corta de las dos, aunque nos apoyaremos en la otra puntualmente. Contrariamente a lo que hemos hecho antes, nos limitaremos en esta ocasión a estudiar el texto, no como objeto de atención en la práctica del *watô*, sino -un poco más a la manera de la escuela Soto¹⁴-, como ejemplo de las enseñanzas.

5.2.1- El *kôan Mu* como remedio genérico

El *kôan Mu*, en su versión de *La Puerta sin Puerta* es tremendamente corto. Esto deja abiertas muchas posibilidades para la interpretación. Por ejemplo, cuando buscamos en el *kôan* el veneno para el que se supone que es antídoto, hay muchas posibilidades diferentes. La pregunta ‘¿Un perro tiene la naturaleza de Buda o no?’ parece en primer lugar que expresa el veneno de la ignorancia. El monje anónimo que cuestiona a Zhaozhou tiene claramente su atención lejos de su ‘aquí y ahora’, pensando en cuestiones abstractas que tal vez poco o nada aportan a su práctica.

Pero además, como parece sugerir la versión dual del *Libro de la Serenidad*, la pregunta podría también implicar rechazo o apego. En el primer caso, el monje rechaza la posibilidad de que el perro tenga la naturaleza de Buda, porque considera la existencia animal como demasiado baja (*‘un saco de huesos y piel’*). En el segundo, el monje tiene apego a los animales, y por eso siente pena al oír que el perro no tiene la naturaleza de Buda (*‘¿por qué el perro no?’*). En la versión corta, de *La Puerta sin Puerta*, estos dos venenos podrían estar presentes también en la entonación de la pregunta.

Tengamos en cuenta que que los animales tengan o no la naturaleza de Buda parece haber sido un tema de debate intenso entre diversas escuelas budistas. Así, es normal que la pregunta implique apego o rechazo a las diversas posturas. Pero además, esta perspectiva supone que la respuesta de Zhaozhou será, no sólo antídoto para los tres venenos, sino mucho más, el antídoto para el origen de la discusión sectaria, la necesidad de definir y definirse: el pecado original del lenguaje.

14 El propio Dôgen Zenji comenta en el *Shobogenzo* el *kôan Mu*, dedicándole un capítulo en el tercer libro, *Busshô*, el más largo de todos, centrado en la naturaleza de buda.

5.2.2.- Los Go-I como respuesta

Si la pregunta del monje anónimo dejaba abiertas las puertas de la interpretación, la respuesta del maestro no es menos y, aunque acaba por cerrarlas todas, abre muchas más. En el proceso de construcción del significado del *kōan* Mu, nos hemos encontrado con por lo menos cinco significados posibles, que se construyen uno sobre el otro y que ejemplifican la naturaleza del lenguaje según los *Go-I*.

5.2.2.1- Lo aparente en lo real

Esta primera interpretación es literal, en el que el lenguaje es visto como algo en sí mismo. En esta respuesta, el 'no' es simplemente 'no', interpretado en el contexto de la discusión sectaria. Esta respuesta literal es paradójica, porque choca con la expectativa que alguien podría tener de la respuesta de un maestro zen. Después de todo, el Zen es una rama de la escuela Mahayana, para la que la naturaleza de Buda está presente en todos los seres vivientes.

Esta interpretación es consecuencia de una mente dominada por el pensamiento discursivo.

5.2.2.2-Lo real en lo aparente

Esta interpretación se basa en el lenguaje en tanto que sonido. Efectivamente, a pesar de que este *kōan* es normalmente conocido como *Mu*, en su pronunciación japonesa, la respuesta del maestro Zhaozhou fue realmente *Wu*, siendo como era chino, y maestro en la ciudad norteña de Zhaozhou (de la que recibe el nombre), y por lo tanto hablando el dialecto mandarín de la lengua china.

La respuesta '*wu*', más allá de su significado convencional y discursivo como negación, podría ser oída como una onomatopeya, imitando la voz de un perro. Así, la percepción del monje anónimo en el contexto del diálogo, sería como si el maestro Zhaozhou fuese un perro metafórico. La figura del maestro en aquel 'aquí y ahora' sería al mismo tiempo la de un perro que dice que un perro no tiene la naturaleza de Buda. O entonces la de un maestro que tiene la naturaleza de Buda, percibido como un perro que, según la literalidad del lenguaje, no tiene la naturaleza de Buda.

De esta manera, la respuesta sería doblemente paradójica, dejando entrever la vacuidad del 'no' como respuesta.

5.2.2.3-La entrada en lo real

La doble paradoja de las dos lecturas anteriores lleva la mente a un callejón sin salida. El 'no' del maestro no es un 'no', pero tampoco es un 'sí', y además el maestro no ha esquivado la pregunta. Buscar una lógica en la respuesta nos lleva a la vivencia de que el lenguaje por sí mismo es vacío, lo que nos lleva a la vivencia del vacío del lenguaje: el silencio. La paradoja ha hecho enmudecer la mente discursiva (*kāmaloka*) y la ha catapultado al silencio del aquí y ahora (*arūpaloka*). Así, aquí y ahora, vivimos el vacío (*sunyata*), que es de hecho la naturaleza de Buda. Y así, la respuesta nos ha sido dada más allá de las palabras, sin dualidad, como la realidad en sí misma.

5.2.2.4-La integración mutua

Pero a pesar de que todo nos lleva a la vacuidad del lenguaje, la verdad es que la vivencia de *sunyata* que se ha experimentado se ha producido por medio del lenguaje. El maestro Zhaozhou, desde su experiencia realizada, es capaz de expresar *sunyata*, convirtiéndolo en vivencia ante una mente receptiva.

5.2.2.5-La realización de la unidad

Todas las posturas anteriores se resumen en una única palabra: 'Mu' / 'Wu'. Una única palabra, en un contexto adecuado, contiene todas las lecturas anteriores simultáneamente. Así es como 'Mu' es el resumen de todo el lenguaje y del silencio: la máxima expresión.

6.- Para una gramática del silencio: la práctica en la CBSZ

A modo de conclusión, pretendo ahora hacer una pequeña reflexión sobre el uso del lenguaje en la práctica de la Comunidad Budista Soto Zen. Evidentemente, esta reflexión por sí misma merecería un estudio extenso que necesitaría mucho más espacio que del que disponemos en esta tesina. Por esta razón, nos limitaremos a reflejar sucintamente los principales usos lingüísticos de un contexto especialmente importante para la práctica: las *sesshins*.

El término sino-japonés *Sesshin* (接心) significa ‘tocar la mente-corazón’ o ‘tocar lo esencial’, y es usado normalmente para designar períodos intensivos de entre tres y siete días de práctica de *zazen*. Como retiros de práctica intensa, las *sesshins* son, entre otras cosas, contextos comunicativos con reglas muy específicas, que, como veremos, no son casuales ni aleatorias.

Las reglas de la *sesshin* en tanto que ámbito comunicativo están destinadas a la vivencia de las cinco posiciones del lenguaje. Tomar conciencia de cada posición es tomar conciencia de una modalidad de la iluminación.

6.1.- El silencio como lenguaje

El maestro Dokushō suele decir que el silencio es el 50% de una *sesshin*, y para quien ha pasado por una, es fácil imaginar por qué.

Cabe notar que el silencio, en tanto que ausencia de palabras y de gestos, es sólo una manifestación externa que no siempre se corresponde con un estado de la mente. Aunque nuestra boca no diga palabras, nuestra mente puede estar todavía en un diálogo interno muy intenso y pocas veces productivo.

Recordemos que Watzlawick decía que es imposible no comunicar, si alguien busca esa comunicación. Así, si alguien está en el mundo del deseo (*kāmaloka*) no son necesarias palabras para que la mente busque inferencias, y estar construyendo significados profundamente falsos. En esos casos vale la pena oír nuestro diálogo interior sin apegarnos, para saber qué función del lenguaje predomina, y tomar conciencia de que veneno nos está picando.

El silencio es, así, el *kōan* central de la *sesshin*, aquel que expresa los venenos que traemos incorporados. Y esta vivencia del silencio como lenguaje es la posición de lo aparente en lo real.

6.2.- El lenguaje vacío

Entender el silencio como un *kōan* nos da idea de porqué es tan importante mantenerlo. Sea cual sea el discurso que una mente cree en el mundo del deseo, la falta de comunicación por parte de los otros la lleva al absurdo. Cualquier veneno que se manifieste en nuestras construcciones ilusorias es enfrentado a la paradoja final de la falta de intención de quien nos rodea.

Por eso en una *sesshin* todas las comunicaciones realmente inevitables (el despertar, las llamadas al *dojo*, la forma de servir la comida, etc.) están ritualizadas. El toque de instrumentos, por ejemplo, es una comunicación lingüística, puesto que es una convención, pero su contenido relacional (aquel que construye la relación entre el emisor

y el receptor, y por tanto el 'yo' de cada uno de ellos durante la interacción) está también minimizado. Se trata simplemente de lenguaje convencional (*rūpaloka*), sin interferencia del mundo del deseo.

Los *teishōs*, enseñanzas del maestro, también deben ser integrados de esa manera. Para una correcta comprensión de las enseñanzas, es necesario estar receptivo, dejando de lado nuestras neurosis personales.

Por otro lado, ante el silencio y tal vez la necesidad neurótica y persistente de expresar, la *sesshin* ofrece un lenguaje que no comunica con el 'yo' ni desde el 'yo'. Las recitaciones de *sutras*, ya sea durante las ceremonias, las comidas con *oryokis*, o en cualquier otro contexto, además de ser también ritualizadas, implican mantener la atención sobre el proceso de verbalización (la postura, la respiración, el tono, la vibración...). De esta manera se deconstruye el lenguaje como algo en sí mismo, llevando la mente, por medio de la verbalización, hacia el silencio interior.

Esta vivencia del lenguaje vacío es lo real en lo aparente.

6.3.- El silencio del silencio

El caso 3 del *Libro de la Serenidad*, 'El rey indio invita al patriarca¹⁵', dice lo siguiente:

Un rey del este de la India invitó al vigésimo séptimo patriarca Prajnatarā a comer. El rey preguntó, '¿Por qué no recitas sutras?'. El patriarca dijo, 'Este que te habla no permanece en el mundo subjetivo cuando inspira, y no tiene nada que ver con el mundo de los objetos cuando expira. Siempre estoy recitando el sutra de la talidad en millones y millones de volúmenes'.

El caso echa luz sobre varias cosas. Además de tener implícita una muy interesante reflexión sobre la actitud mental a la hora de recitar *sutras*, y recordarnos que el lenguaje depende muy directamente del cuerpo, implica la identidad entre el silencio de la respiración consciente y la recitación.

No es ningún misterio que *zazen* es el elemento central de toda *sesshin*. Es tal vez el principal tópico de nuestra tradición que *shikantaza*, solamente sentarse, es el núcleo de la Vía. Nadie puede negarlo. Pero no es menos tópico la afirmación de que *zazen* continúa en la vida diaria, y que *zazen* es el silencio, más allá del interior y el exterior.

Este silencio es el aquí y ahora, sin más, el mundo de la no forma (*arūpaloka*), simplemente *esto*, sin yo ni tú ni contexto, donde no existe dentro ni fuera, ni inspiración ni espiración. Se trata de la resolución del *kōan* silencioso, que se resume en un nuevo silencio más profundo: el silencio del silencio, que es la entrada en lo real.

6.4.- La vacuidad expresada

Durante una *sesshin* hay unos pocos momentos en que está permitida la expresión. Tal vez la más importante de ellas es el *dokusan* o *sanzen*, la entrevista personal con el maestro. En ella el practicante es invitado a plantear cuestiones al maestro, y los discípulos a expresar su estado, lo que implica verbalizar el presente. De manera similar,

15 Con esta traducción nos limitamos a seguir la literalidad del texto en inglés que nos ha servido como base. En realidad, la tradición diverge en relación al sexo de Prajnatarā, por lo que el nombre de 'Patriarca' tal vez no sea el más adecuado.

al finalizar la *sesshin*, todos y todas somos invitados a expresar nuestra vivencia de ella en un círculo de corazones.

En esos momentos es común la sensación de que todo lo que puede ser dicho es en el fondo absurdo. Sin embargo, precisamente por eso, la tradición nos invita a verbalizar.

Si se ha mantenido el silencio y se ha vivido el silencio del silencio, aunque haya sido inconscientemente, toda expresión, verbalizada o no, expresa la vacuidad. Esa es la integración mutua.

6.5.- El Mandala de la Asamblea del Océano

Aunque las prácticas comunicativas que se han mencionado aquí son un convite a una postura de la mente, y cada una corresponde a uno de los cuatro primeros *Go-I*, la verdad es que puede muy bien pasar que una persona esté en esa postura o en otra, en cada una de las situaciones. Cada postura es una vivencia real, y por lo tanto, en una *sesshin* todas las posturas están siendo reales simultáneamente.

Como hemos dicho, cada postura es una forma de iluminación. Los *Go-I* son como un mapa de la mente iluminada, como un *mandala* que representa el *samsara*, que es idéntico al *nirvana*. Cada persona que integra la *sesshin* forma parte de ese mandala, que abrimos y cerramos en las ceremonias de inicio y fin de la *sesshin*. Este es el *Mandala* de la Asamblea del Océano, que representa la unidad realizada.

Bibliografía:

- ARNAU, Juan, ***Antropología del Budismo***, Editorial Kairós, 2011
- ARNAU, Juan (Traductor), ***Fundamentos de la Vía Media***, Editorial Siruela, 2011.
- ARNAU, Juan, ***La Palabra Frente al Vacío – Filosofía de Nagarjuna***, Colegio de México – Fondo de Cultura Económica, 2005.
- ARNAU, Juan & Mellizo, Carlos, ***Vasubandhu - Berkeley***, Pre-Textos Índika, 2011
- BODHI, Bikku, ***The Noble Eightfold Path***, 1999
(<http://www.accesstoinsight.org/lib/authors/bodhi/waytoend.html#ch4>).
- BOLLETER, Ross, ***Dongshan's Five Ranks Keys to Enlightenment***, Wisdom Publications, 2014.
- BYKOSKI, Mark, ***"Zhaozhou's Dog" from the Congronglu***, Austin Zen Center Journal (<http://justthis.austinzencenter.org/2012/03/dog-from-congronglu-mark-bykoski.html>), 2012
- CLEARY, Thomas (Trad. / Ed.) ***Book of Serenity: One Hundred Zen Dialogues***, Shambhala Pub Inc, 2005
- CRUSE, Alan, ***Meaning in Language - An Introduction to Semantics and Pragmatics***, Oxford University Press, 2000.
- DAIDO LOORI, John et TANAHASHI, Kazuaki, ***The True Dharma Eye: Zen Master Dogen's Three Hundred koans***, Shambhala Publications, 2011
- DESHIMARU, Taisen, ***La Práctica del Zen***, Biblioteca Fundamental Año Cero, Editorial América Ibérica, 1994
- ESTÉVEZ, Saúl, ***Eneagrama y budismo***, Tesina del PEB,
- HEINE, Steven (Ed.) et Wright, Dale S. (Ed.) - ***The Kōan - Texts and Contexts in Zen Buddhism***, Oxford University Press, 2000.
- HEINE, Steven - ***Like Cats and Dogs: Contesting the Mu Koan in Zen Buddhism***, Oxford University Press, 2013.
- LIMA, José Pinto de, ***Pragmática Lingüística***, Editorial Caminho, 2007.
- LOY, David R., ***Language against its own mystifications: Deconstruction in Nagarjuna and Dogen***, in *Philosophy East and West*, University of Hawai Press, 1999, (reproducido en The Zen Site, <http://www.thezensite.com/ZenEssays/DogenStudies/LanguageAgainst.htm>).
- MESA, Denkō (Ed.), ***Budismo. Historia y doctrina (tres volúmenes)***, Miraguano, 2009
- NAGAO, Gadjin M., ***Madhyamika and Yogacara: A Study of Mahayana Philosophies***, St Univ of New York, 1991.

- RAHULA, Walpola, **Os Ensinamentos de Buda**, Editorial Estampa, 2005
- SHAOLAN, **Chineasy: the new way to read Chinese**, Thames & Hudson, 2013.
- SHROBE, Richard, **Elegant Failure - A Guide to Zen Koans**, Rodmell Press, 2010.
- SILANANDA, Venerable U, **Curso Introductorio de Abhidhamma**, Centro Mexicano del Buddhismo Theravada A.C., 2003.
- SOLÉ-LERIS, Amadeo & VÉLEZ DE CEA, Abraham, **Majjhima Nikâya - Los Sermones Medios del Buddha**, Editorial Kairós, 1999 (versión electrónica de 2010).
- SORIANO, Samuel, **Budismo y Vibración**, Tesina del P.E.B., 2007.
- SUZUKI, D.T. - **Vivir el Zen**, Kairós, 2009.
- THANISSARO Bikkhu, **Noble Conversation** (Study Guide), 2003 (<http://www.accesstoinsight.org/lib/study/conversation.html>).
- THOMAS, Jenny, **Meaning in Interaction - A Introduction to Pragmatics**, Routledge, 2013
- VILLALBA, Dokushô (Ed.) et EGULIZ, Kepa (Ed.), **Iluminación Silenciosa - Antología de Textos Sôtô Zen**, Miraguano Ediciones, 2010.
- VILLALBA, Dokushô, **La Doma del Buey - Las Diez Etapas del Despertar según el Maestro zen Kakuan Shien**, Miraguano Ediciones, 2000.
- WICK, Gerry Shishin, **The Book of Equanimity: Illuminating Classic Zen Koans**, Wisdom Publications, 2005.
- YULE, George, **The Study of Language**, Cambridge University Press, 2014.
- WATZLAWICK, Paul, et alii **Pragmática da Comunicação Humana**, Editora Cultrix, 2011.
- WATZLAWICK, Paul, **El Lenguaje del Cambio**, Editorial Herder, 2002.