

Montpellier, 27 de julio del 2006

Empujen bien el suelo con las rodillas, enderecense bien permaneciendo al mismo tiempo relajados.

El Maestro Deshimaru nos repetía sin cesar: "No vivimos completamente solos". Formamos parte pues de un conjunto: la familia, la sociedad, el planeta, los sistemas: como el sistema social, el sistema cósmico, las estrellas. Las mismas células de nuestro cuerpo nos lo prueban. No vivimos solos, nuestro cuerpo es un conjunto, nuestro ser es un conjunto de células que funcionan juntas, en conexión. No podemos separar ninguna parte de nuestro cuerpo. Si por ejemplo reciben un martillazo sobre el dedo pequeño de su pie derecho, estarán mal por todos lados. No es solamente el dedo pequeño del pie que estará mal. El cerebro, se dice que el ser humano utiliza sólo un 10% de las facultades de su cerebro. Es decir, es de una ignorancia increíble. Tiene una máquina absolutamente fabulosa y no sabe cómo usarla. Es como si diéramos un ordenador a un mono. Eventualmente, después de largos estudios, sabría encender y apagar el ordenador, pero nada más. Nosotros somos similares.

Entonces, poco a poco es bueno aprender lo que somos también biológica, espiritual, y físicamente. Cada vez que aprenden algo nuevo, viven más tiempo y sus células se rejuvenecen. Lo que hace envejecer, lo que hace morir, es la ignorancia, es repetir siempre la misma rutina y no evolucionar. Para citar aún más al Maestro Deshimaru, puesto que es el Maestro del zazen, es mi Maestro: "No deben buscar a Dios en el exterior sino en el interior". Entonces preguntaba: "¿Pero adentro dónde? ¿Dónde se encuentra el Espíritu de Dios adentro? ¿Es que se encuentra en el corazón? ¿Es que se encuentra en los ojos? ¿En los órganos sexuales quizá?"

Por supuesto, Dios se encuentra por todas partes, en las células, en la sangre, en nuestras articulaciones. Se encuentra también en el exterior, en la naturaleza, en los árboles, el sol, la luna, las estrellas. Pero lo que corresponde a la descripción de lo que el ser humano tuvo desde hace mucho tiempo de Dios- el que conoce todo, el pasado, el presente, el futuro; el que creó el Universo; el que es todas las cosas; el que crea todas las cosas- cada ser humano lo posee en su propio cerebro. Es decir, Dios existe en nuestro propio cerebro. Es decir que Dios existe también biológicamente en nuestro cuerpo.

Entonces cuando se habla del cerebro, hay muchas partes, muchas funciones en el cerebro. Es un ordenador superpoderoso, increíble, magnífico. Un ordenador biológico con funciones extraordinarias. Pero, vengo al zazen: "¿Qué es el zazen?" Mi Maestro decía que se puede practicar muy bien el zazen siguiendo las indicaciones: la buena postura, la buena respiración, el buen estado de espíritu. Se puede practicar muy bien zazen sin comprender. No vale la pena comprender. El zazen es el zazen, mismo si no lo comprendemos. ¿Qué es lo que llamamos la iluminación en el zen? La iluminación, es simplemente cuando activan sus células que hasta entonces estaban inactivas. Se produce entonces una iluminación, un influjo eléctrico. Cuando se observan las células en el microscopio y se piensa en un plátano, se produce una iluminación, es decir, una suerte de tormenta, de relámpagos magnéticos en nuestras células del cerebro, eso hace: "Kshhhh". Cuanto más encienden su cerebro, más conciben, más comprenden nuevas realidades como cuando somos pequeño y se nos enseña: "a, b, c, d, e, f, g, etc..." A cada letra del alfabeto que aprendimos, hay pequeñas células que "kshhh" -se iluminaron- y un nuevo conocimiento apareció y nuestro universo se volvió más grande y nuestra conciencia más amplia y nuestro cuerpo más fuerte, etc.; pero por supuesto si aprenden una letra del alfabeto, ves la letra "A", "Kshhh"

-pequeña corriente eléctrica. Y luego al día siguiente nos olvidamos, pensamos en otra cosa, tres días más tarde la "A" desapareció, entró en la memoria a corto plazo, la olvidamos. Si repiten "A", esta "A", dos, tres días, una semana, en un momento dado van a integrarlo en el cerebro divino, en el cerebro profundo. Cuando esta "A" es integrada en la memoria a largo plazo, visceralmente, como decimos -decimos visceralmente porque una vez que es integrada por el cerebro profundo, es integrada en todas las células de nuestro cuerpo, la información va a pasar no solamente al cerebro pero a todas las células de nuestro cuerpo- en ese momento, la "A" es integrada por todo nuestro ser, nos pertenecerá. Esto es la iluminación.

Pues, el cuerpo en su conjunto es consciente. El zazen es el acceso directo a la divinidad, a la conciencia profunda, a la memoria ancestral. Directamente, practicamos con el cuerpo. Practicamos directamente con el cerebro profundo, con el cerebro divino. Esto no es un conocimiento superficial que va a sernos necesario integrar, pasamos directamente al cerebro profundo y todo lo que se practica en el zen se practica a partir del cerebro profundo, del cerebro divino y a partir del cuerpo, a partir de la memoria a largo plazo, a partir de nuestras células; de hecho, directamente a partir de nuestra divinidad. Es esto que es necesario que comprendan.

Entonces, "¿Qué practicamos? ¿Qué aprendemos?" Les digo: "practicamos a partir de nuestra divinidad", "sí, ¿pero qué hacemos?" Bien, de hecho, en zazen, en el zazen tal como lo enseño, integran en su cuerpo humano, en todas sus células, integran inconscientemente, naturalmente, automáticamente a su divinidad. Integran el hecho de que son Dios, ustedes son Buda. ¿Entonces qué es Dios, qué es Buda? No pueden creer que lo sean. "¡No es posible, no soy yo, no, no yo!" Su cuerpo material es espiritual, es espíritu. Es esto que se descubre en zazen. Cuando a este cuerpo lo hayan llenado en cada milésima de milímetro, actualizarán el despertar del Buda. Pero ya es así; es necesario que lo realicen. Su cuerpo, es mágico, es vacío.