

La  
Brújula  
del Zen



Maestro zen Seung Sahn

Compilado por Hyon Gak Sunim

Prefacio de Maha Ghosananda

Prólogo de Stephen Mitchell



La Liebre de Marzo

Título original  
*The Compass of Zen*

Primera edición  
Junio 2002

© 1997 by the Kwan Um School of Zen  
Publicado con autorización de Shambhala Publications Inc.

© 2002 para la edición en castellano  
La Liebre de Marzo, S.L.

© De la traducción  
Fernando Pardo

Diseño gráfico de las cubiertas  
Mauro Bianco

Imagen contraportada  
Brújula de la dinastía Ch'ing

Maquetación y filmación  
Freire. Grup de disseny

Impresión y encuadernación  
Torres & Associats, S.L.

Depósito Legal  
B-29.589-2002

ISBN  
84-87403-58-1

La Liebre de Marzo, S.L.  
Apartado de Correos 2215 E-08080 Barcelona  
Fax. 93 449 80 70  
espejo@liebremarzo.com  
www.liebremarzo.com

# Índice

Prefacio de Maha Goshananda.....	9
Prólogo de Stephen Mitchell .....	11
Prefacio del editor .....	13
Introducción: ¿A dónde vas? .....	21

## 1. Budismo

El propósito del budismo.....	33
Las divisiones del budismo .....	39
La estructura del budismo .....	44

## 2. Budismo Hinayana

Visión profunda en la impermanencia .....	71
Visión profunda en la impureza .....	90
Visión profunda del no-ser .....	99
Origen dependiente .....	108
Los doce eslabones de la cadena del origen dependiente .....	117
Las cuatro Nobles Verdades .....	120
El Óctuple Sendero .....	122
Los tres sellos de la existencia .....	128
Tres clases de práctica .....	130

## 3. Budismo Mahayana

El Sutra del Diamante .....	146
El Maha Prajna Paramita Sutra del Corazón .....	153
El Sutra Mahaparanirvana .....	163
El Sutra del Loto .....	169
El Sutra Hua-Yen (Avatamsaka) .....	173
El canto de la naturaleza del Dharma .....	183
La visión de sólo mente y karma .....	187
Karma.....	208
Las seis paramitas .....	221

#### 4. Budismo zen

Las clases de meditación .....	247	
El zen del vehículo supremo .....	252	
No-apego al lenguaje.....	267	
Transmisión especial .....	273	
Señalar directamente a la mente.....	280	
Ver nuestra propia naturaleza, convertirnos en Buda .....	284	
Kong-an y todos los casos .....	285	
Sentarse en postura de meditación zen.....	291	
La gran iluminación .....	294	
Métodos de meditación .....	298	
Los tres elementos esenciales del zen .....	303	
El esfuerzo en el zen .....	310	
El círculo zen.....	314	
¿Qué es la naturaleza de Buda? .....	324	
Tres cosas prajna .....	329	
El ámbito de así.....	333	
Observando en el interior, percibimos la verdadera luz de la mente .....	335	
El camino humano .....	337	
Simplemente ver es la naturaleza de Buda .....	341	
¿A dónde vas? .....	349	
Las tres puertas del Maestro zen To Sol .....	355	
¿Cuál de las siguientes cuatro sentencias es libertad sobre la vida y la muerte?.....	358	
El rostro original .....	360	
Las tres puertas del Maestro zen Ko Bong .....	362	
Simplemente así es Buda .....	364	
Conclusión		
Solo no sé.....	371	
Apéndice: Las Diez Puertas .....		377
La primera puerta: el perro de Joju .....	380	
La segunda puerta: “Limpia tus cuencos” de Joju .....	385	
La tercera puerta: Soeng Am llama “¡Maestro!” .....	387	
La cuarta puerta: Bodhidharma no tiene barba .....	388	

La quinta puerta: “El hombre en el árbol” de Hyang Eom .....	390
La sexta puerta: tirando cenizas sobre el Buda .....	391
La séptima puerta: las tres puertas de Ko Bong .....	394
La octava puerta: Dok Sahn llevando sus cuencos.....	398
La novena puerta: Nam Cheon mata a un gato .....	402
La décima puerta: el ratón come comida de gato.....	408
Tres hombres caminando .....	409
G losario .....	411
El linaje del M aestro zen Seung Sahn .....	413

# La Brújula del Zen

## Introducción

¿A dónde vas?

Antiguamente, el mundo era un lugar muy sencillo. Hoy en día, este mundo es muy complicado. La razón principal de ello es que hay demasiados seres humanos viviendo en este planeta. La población ha aumentado con excesiva rapidez. En 1945, había unos dos mil millones de personas viviendo en este mundo. A lo largo de miles y miles de años de la historia de la humanidad, sólo aparecieron dos mil millones de personas, y eso era suficiente. Si lo comparamos con lo que sucede hoy en día, las mentes de las personas eran relativamente sencillas y claras. Pero, solamente en los últimos cincuenta años después de finalizada la Segunda Guerra Mundial, han aparecido tres mil millones más de personas, y ahora los seres humanos se han vuelto muy complejos. Actualmente hay aproximadamente seis mil millones de personas en el mundo, y algunos científicos dicen que en los próximos treinta años aparecerán otros tres mil millones más. Estos hechos están directamente relacionados con el repentino aumento de la cantidad de sufrimiento que los seres humanos, junto a otros seres, están experimentando. Observemos esta cuestión con más detalle.

Hoy en día los seres humanos viven más cerca los unos de los otros, por lo que sus relaciones se han vuelto más complicadas. Su deseo de cosas materiales se ha vuelto más hondo y más intenso. Su pensamiento es más complicado, sus vidas son más complejas, y, en consecuencia, existe mayor sufrimiento que nunca. Incluso los tipos de sufrimiento en el mundo se han ido complicando a medida que los humanos ponen sobre el tapete nuevas armas y nuevos modos de hacerse daño los unos a los otros. Los seres humanos no sólo se producen sufrimiento los unos a los otros. Actualmente, hacemos sufrir mucho más al resto de los seres que pueblan el mundo. Hacemos daño al aire, al agua, a la hierba, a los árboles y a todas las cosas. Los seres humanos talan bosques enteros y están eliminando el cinturón verde. Contaminamos el agua, el aire y el suelo. Los seres humanos siempre dicen que desean la libertad, pero en realidad son los mayores dictadores de este mundo.

Por lo que es muy importante que hoy en día los seres humanos despierten. Pronto deberán descubrir su trabajo correcto. ¿Por qué vivimos en este mundo? ¿Qué hacemos en este mundo? ¿Al nacer, de dónde venimos? ¿Al morir, a dónde vamos? Todo el mundo contesta: “No sé.” Así es el ser humano. Los seres humanos consideran que son animales muy inteligentes. Pero, a pesar de toda

su inteligencia, si observamos detenidamente lo que está pasando en el mundo, comprobaremos que los seres humanos son en realidad los animales más estúpidos, porque los seres humanos no comprenden lo que es un ser humano. Un perro sabe lo que debe hacer un perro, y los gatos saben lo que tiene que hacer un gato. Todos los animales comprenden su trabajo y simplemente lo hacen. Pero nosotros no comprendemos nuestro trabajo correcto, ni nuestra vía correcta en este mundo, y, por el contrario, vivimos sólo para nosotros mismos. Mientras tanto, el tiempo pasa, todo el mundo envejece y muere. ¿Al morir, a dónde iremos? A pesar de toda su inteligencia y astucia, los seres humanos no comprenden la respuesta a esta importante pregunta.

Si queremos entendernos a nosotros mismos y ayudar a todos los seres a salir del sufrimiento, debemos primero comprender de dónde proviene este sufrimiento del mundo. Todo surge de nuestra mente. Las enseñanzas budistas nos muestran que todo proviene de una primera causa, condición y resultado. Lo que significa que alguna primera causa, cuando aparece bajo cierta condición, siempre producirá un cierto resultado. Por lo tanto ¿cuál es la razón de que tantos seres humanos aparezcan en este mundo, y cuál es el resultado de ello? ¿Por qué hay tanto sufrimiento, y por qué parece aumentar cada día? Tal vez la razón principal de este dramático aumento en la cantidad de sufrimiento en este mundo sea el aumento del consumo de carne perpetrado por los seres humanos. Antes de la Segunda Guerra Mundial, los seres humanos no comían tanta carne. En Asia, la gente solía comer carne sólo en días señalados, quizás sólo dos veces al año, en las fiestas más importantes. Hoy en día los asiáticos comen carne, a veces varias veces al día. Lo mismo ha ocurrido en Occidente durante generaciones. Este siglo ha sido testigo de un gran aumento de la cantidad de carne consumida en el planeta. Pero ¿cómo está relacionado todo ello con el espectacular aumento del sufrimiento en el mundo?

Durante siglos, si un hombre quería comer carne, iba al bosque y disparaba a uno o dos animales con su arco y sus flechas —¡piti chuu! Luego iba a casa y comía la carne con su familia. Este animal moría. Pero había algún tipo de relación entre el animal y la persona que lo mataba y lo comía. Su karma en cierto modo estaba claro. Cuando el animal moría, tal vez podía comprender algo lo que estaba pasando: “Oh, ¡Este hombre quiere comerme! ¡Tal vez en la próxima vida lo pille yo!” Por lo tanto, el karma era muy simple: era sólo entre este hombre y este animal. Podía resolverse entre ellos y finalmente volver al equilibrio mediante la simple operación de causa y efecto. En el siglo XX, sin embargo, la tecnología humana se ha desarrollado demasiado rápidamente. Se han creado armas sofisticadas, así como otras técnicas para matar un número cada



vez mayor de animales. Cada día, millones y millones de animales se sacrifican de un modo mecánico y rutinario en todo el mundo para satisfacer las mentes-deseo de los seres humanos. Ahora una máquina puede matar a muchos, muchos, miles de animales de forma muy rápida. Un solo hombre aprieta un botón en una fábrica, tal vez muy alejado de los animales. Cuando dichos animales mueren, muchas consciencias se liberan de un modo repentino y violento de sus cuerpos agonizantes. Estas consciencias animales van entonces vagando, buscando un nuevo cuerpo. No entienden a dónde van.

Buda nos enseñó que todo proviene de una causa primaria, una condición y un resultado. Al matarse de este modo cada año tantos millones de animales, parte de su consciencia, inevitablemente, renace en forma de seres humanos. Tal vez solo el 0,00001 por ciento se convierte en ser humano, pero eso significa un montón de seres humanos que tienen algún tipo de consciencia animal operando en su seno. Si observamos hoy en día a los seres humanos, podemos comprobar que, aunque tal vez tengan rostros y cuerpos humanos, sus consciencias no son totalmente humanas. Algunas personas tienen consciencias de perro, algunas consciencias de gato. Otros tienen consciencia de conejo o de serpiente. Mentes de vaca, mentes de cerdo, mentes de pollo, mentes de león, mentes de tigre y mentes de serpiente se mezclan juntas. La mayoría de las personas tienen funcionando en su interior tal vez el cinco o diez por ciento de su naturaleza humana original, y el resto es alguna consciencia animal, que controla su mente. En lugar de poseer la capacidad humana original de amor, cooperación y compasión, la gente hoy en día únicamente pelea con los demás y con el mundo. No pueden colaborar correctamente con otros seres humanos.

Lo que no quiere decir que haya algo malo en los animales. Pero cuando observamos este mundo, vemos que los animales tienen la tendencia a actuar conjuntamente sólo con su propia especie, y no les gustan los demás animales. A las mentes de los perros les gustan las mentes de los perros; no actúan con mentes de gato. Serpientes, leones y conejos no se compenetran bien. Una consciencia de serpiente sólo hace caso a otras mentes de serpiente, y no produce ninguna acción compasiva que pueda comunicar con el sufrimiento que otro esté experimentando. A los pájaros tampoco les gustan otras especies de pájaros, por lo que forman grupos de sus propias especies y vuelan juntos en bandadas. Si alguien ataca a alguno de ellos, a menudo todo el grupo repele la agresión. Esta es la naturaleza de esta mente animal. La situación política del mundo actual es la misma. Hoy en día vivimos en un mundo lleno de pequeños países y grupos políticos y étnicos —muchos con ejércitos privados— luchando los unos contra los otros. Los niños se ven mezclados con armas y otras formas

de violencia a edades cada vez más tempranas, haciendo cosas a otros seres humanos de las que no se había oído hablar hace sólo diez o veinte años.

Todo esto es fruto de que mucha consciencia animal domina sus mentes. Hoy en día, cada vez un mayor número de seres humanos son así. Tienen algún tipo de consciencia animal dentro de ellos, por lo que hay mucho más sufrimiento, puesto que no pueden relacionar su consciencia con la vida humana en un mundo cada vez más poblado. La mayoría de las personas sólo se preocupan por sus intereses. Cada vez hay más tendencia a la aparición de algún tipo de mente combativa. Sólo siguen sus ideas y opiniones particulares, sin que les importe lo que sucede a su alrededor. Algo está desequilibrado, por lo que el sufrimiento aparece de un modo natural.

En la década de los años setenta, tenía en América una alumna que poseía varias serpientes exóticas como animales de compañía. Quería muchísimo a estas serpientes. Fuera donde fuera, las llevaba enrolladas al cuello. A mucha gente le daban miedo, pero ella se comportaba de un modo muy natural con dichas serpientes. Por la noche dormían en su cama. Un día vino al centro zen. Le pregunté: “¿Te sentarás este fin de semana en el retiro de tres días?”

“No,” Contestó.

“¿Por qué?”

“No puedo encontrar a nadie que se cuide de las serpientes. Quiero mucho a mis serpientes. Pero nadie puede cuidarlas bien mientras estoy en el centro zen. Por lo que no puedo meditar.”

Le dije: “No es ningún problema. Ven al centro zen y haz una práctica fuerte. Puedes traerte las serpientes. Hablaré con el encargado de la casa y te daremos una habitación para ti sola. Podrás hacer meditación y cuidarte de las serpientes. ¿Te parece bien?”

Se puso muy contenta: “Sí. ¡Estupendo!” Entonces vino al centro zen e hizo el retiro.

El primer día de retiro, el hermano de esta mujer llamó al centro zen. Estaba muy nervioso. “¿Está mi hermana? ¿Está mi hermana? Nuestra madre se ha puesto muy enferma. Está en el hospital, muy lejos. Hemos de ir a verla lo antes posible.”

Pero, en lugar de apenarse por su madre, esta mujer se enfadó mucho. “No, no puedo ir. ¿Quién se cuidará de mis preciosas serpientes cuando esté fuera? ¡A lo mejor, si me voy se morirían! Quizás alguien les de una alimentación equivocada. Las serpientes son muy temperamentales, sabes...” Habló a su hermano con estas duras palabras. Pero a él no le sorprendió. Ya sabía cómo era. Simplemente colgó el teléfono.

Algunos días después, una de las serpientes enfermó. No comía y permanecía en una esquina. La mujer de inmediato se preocupó mucho. Dejó de acudir a las sentadas de meditación y hacía un montón de llamadas telefónicas a los veterinarios locales, buscando a alguien que comprendiera realmente a las serpientes. Finalmente abandonó el retiro para llevar a su serpiente al veterinario. No había dejado el retiro para ir a visitar a su madre al hospital, pero cuando su serpiente empezó a sufrir, su mente inmediatamente se trastornó en gran medida. Es algo muy interesante.

Vemos que la consciencia de esta mujer se preocupaba más por las serpientes que por otros seres humanos. ¡Mostraba una mayor compasión por las serpientes que por su propia madre! El significado que hay detrás de todo esto es que la consciencia de esta mujer era en parte humana y en parte de serpiente. No podía compartir muchas cosas con los seres humanos, pero se relacionaba fácil y automáticamente con la situación de las serpientes. No tenía mucha compasión por algo distinto a ellas. ¡Lo cual es absurdo! Pero, hoy en día, muchos seres humanos son parecidos, y es algo que ha dejado de considerarse absurdo. De modo que se trata de una historia muy interesante.

Las consciencias animales no son ni malas ni buenas. Pero los seres humanos tienen muchos deseos e ideas muy tenaces, por lo que tener en el interior algo de consciencia animal no es muy recomendable, debido a que no pueden controlarlo. Cuando un animal tiene hambre, come. Cuando está cansado, duerme. ¡Es muy simple! Pero los seres humanos comen y no están satisfechos. Aunque sus estómagos estén llenos, salen fuera y llevan a cabo muchas acciones negativas de cara a este mundo: matan animales por diversión y con fines decorativos. Algunos pescan por deporte. Luego aplauden: “¡Ah, maravilloso!” Ríen y se estrechan las manos. Los humanos se sienten muy felices, se dan palmadas en la espalda y se hacen fotos. Se considera un día muy afortunado. Pero mira al pescado. No está contento ¿sabes? El pescado se agita: ¡Está sufriendo! “¿Dónde está el agua? ¿Dónde está el agua? ¡Por favor, quiero agua!” Ríen, y el pescado está sufriendo y agonizando, frente a ellos. La mayoría de los humanos no pueden conectar con el gran sufrimiento que tienen enfrente. Este tipo de mente es muy común hoy en día. Y esto NO es maravilloso. La mente que vive de este modo no tiene compasión por el sufrimiento de este mundo.

Los seres humanos no sólo matan animales para comer. Toman la piel de éstos para hacerse zapatos, sombreros y ropa. Incluso esto no les basta. Cogen sus huesos para hacerse collares, botones o pendientes. Resumiendo, matan a muchísimos animales con el fin de vender sus partes a cambio de dinero. A causa de estos deseos, y de esta fuerte consciencia animal, los seres humanos

luchan unos con otros y destruyen la naturaleza. No valoran la vida. Por lo que actualmente el mundo en su conjunto tiene muchos problemas: problemas relacionados con el agua, con el aire, con la tierra y con los alimentos. Cada día aparecen problemas nuevos. Estos problemas no son casuales. Los seres humanos crean cada uno de estos problemas. Perros, gatos, leones o serpientes; ningún animal crea tantos problemas a este mundo como los seres humanos. Los seres humanos no comprenden su verdadera naturaleza, por lo que utilizan su pensamiento y sus deseos para crear mucho sufrimiento en este mundo. Esta es la causa de que algunas personas digan que los seres humanos son el peor animal de este mundo. Algunas tradiciones religiosas denominan a esta clase de situación el “fin del mundo.”

Se trata sólo del fin de la consciencia humana vigente. La naturaleza original humana no tiene este problema. En las enseñanzas budistas, en lugar de llamarlo el “fin del mundo,” decimos que ahora todo está completamente maduro. Es parecido a un fruto que crece en un árbol. De entrada una rama florece. Con el tiempo produce un pequeño brote, la flor cae. El brote va madurando en fruta que, a medida que pasa el tiempo, aumenta de tamaño. Al principio el fruto está verde, pero, con el tiempo, el lado tocado por el sol empieza a adoptar un bello color. En este momento, sólo un lado tiene color, mientras que el otro sigue verde. Pasa más tiempo, y ahora todo el fruto tiene un color maravilloso. El fruto tal vez tenga una bella forma y un magnífico color, pero todavía no huele, puesto que dentro no está maduro. Pasa un poco más de tiempo y el fruto alcanza su plena madurez.

Pero ahora la energía que fluye del árbol al fruto se corta. Desde este momento, una vez el fruto ha madurado completamente, los cambios en el fruto se producen con gran rapidez, en pocos días. Su forma ya no es tan bonita, como tampoco lo es su color. Pero interiormente tiene un sabor muy dulce, y el fruto empieza a oler muy fuerte. Comienza a madurar en exceso. Pronto aparecen algunos puntos en el fruto, pequeños puntos negros que indican que el fruto se está pudriendo. Tras unos pocos días, el fruto está lleno de puntos. Una vez aparecen estos puntos en el fruto, el proceso de putrefacción no puede aminorarse o detenerse. La fruta se pudre pocos días después de madurar. Una vez podrida, no puede comerse. Pero en su interior este fruto tiene semillas. Cuando el fruto se ha podrido completamente, las semillas alcanzan la madurez.

La situación actual del mundo se parece a la de este fruto. Muchos siglos de desarrollo humano han hecho crecer este fruto. Durante mucho tiempo, esta única flor fue sólo la creencia en algún Dios o poder exterior. Luego apareció el fruto y se desarrolló. Pero al principio sólo maduró un lado; sólo un lado tenía

buen color y buen sabor, mientras que el otro no. Fue la emergencia del capitalismo y del comunismo en este mundo. Recientemente, los cambios en este fruto han empezado a suceder muy deprisa. El comunismo ha desaparecido y ahora todo el fruto tiene el mismo color. El fruto ha madurado, y ahora sólo tiene un color y un sabor: dinero. Actualmente, no existen ideologías para ideas distintas. Todo el mundo sólo quiere dinero, y la energía de todo el mundo va tenazmente en esa dirección. Este mundo no tiene un verdadero camino; sólo existe el sabor del dinero. Han aparecido muchos puntos de podredumbre: lugares como Oriente Medio, Ruanda, Yugoslavia, Corea del Norte, incluso ahora en América, Rusia, China y Japón. Desde que se deshizo el bloque comunista, observamos la emergencia de muchos pequeños grupos y naciones, cada uno luchando con los demás. También se produce el despliegue de muchos ejércitos privados, así como la compra y venta de armas de destrucción masiva de un modo rutinario.

De esta manera, este fruto ha crecido durante un largo periodo de tiempo. Pero una vez ha madurado, se pudre con mucha rapidez. Cuando un fruto se pudre, no se puede comer. Sin embargo dentro de este fruto hay semillas. Estas semillas ahora están listas: pueden hacer cualquier cosa.

Por lo tanto, los seres humanos deben despertar pronto y encontrar sus semillas originales, su naturaleza original. ¿Pero, cómo regresar a nuestra naturaleza original? Hace unos dos mil quinientos años, Buda gozaba de una excelente situación. Era un príncipe llamado Siddharta y tenía todo lo que quería. Pero no se entendía a sí mismo. “¿Quién soy? No sé.” En esa época en India, la religión principal era el hinduismo o el brahmanismo. Pero el brahmanismo no podía darle la respuesta correcta a su pregunta sobre la naturaleza verdadera de la vida y la muerte. Por lo que Siddharta abandonó el palacio, fue a las montañas y practicó diversas austeridades espirituales durante seis años. Descubrió el camino intermedio entre la autoindulgencia y el ascetismo extremo. Una mañana temprano, mientras meditaba bajo el árbol de Bodhi, vio una estrella en el cielo oriental. En ese instante —¡boom!— El joven príncipe Shiddharta alcanzó la iluminación. Despertó y se convirtió en un buda. Alcanzó el Yo. Lo que significa que Buda alcanzó la verdadera naturaleza de un ser humano, sin depender de ninguna fuerza exterior, religión o dios. Esta es la enseñanza de Buda.

Casi ningún ser humano, que vive en este mundo hoy en día, comprende quién es. Buda fue simplemente un hombre de gran tesón y de mente tenaz que nos enseñó la importancia de resolver simplemente este punto. Antes de morir, debes alcanzar tu dirección. Debes alcanzar lo que eres. Si lees muchos sutras o

cantas a Amitaba, ello puede ayudarte en alguna medida. No es ni bueno ni malo. Pero ¿por qué lees muchos sutras? ¿Por qué realizas este canto al Buda Amitaba? Es muy importante que tengas una dirección clara. Buda nos enseñó la importancia de descubrir nuestra verdadera dirección en esta vida. “¿Quién soy? Debo alcanzar mi verdadera naturaleza; es lo más importante que tengo que hacer.” Si alcanzamos nuestra verdadera naturaleza, alcanzaremos al mismo tiempo nuestra vía correcta. ¿Al nacer, de dónde venimos? ¿Al morir, a dónde vamos? En este preciso instante ¿cuál es nuestro trabajo correcto? Todo el mundo entiende el trabajo de su cuerpo. Algunos trabajan de abogado, de médico, de camionero, enfermera, estudiante, esposo, esposa o niño. Estos son los trabajos de nuestro cuerpo, nuestros trabajos externos. Pero ¿cuál es el trabajo de nuestra verdadera naturaleza? Buda nos enseñó que, vida tras vida, hemos de recorrer el Gran Camino del Bodhisattva y salvar a todos los seres del sufrimiento. Con el fin de salvar a todos los seres, es importante que, de entrada, nos salvemos a nosotros mismos. Si no podemos salvarnos a nosotros mismos ¿cómo podremos salvar a los demás? Esta es la causa de que tengamos que alcanzar nuestra verdadera naturaleza. Esta verdadera naturaleza no puede encontrarse en los libros o en el pensamiento conceptual. Ninguna licenciatura, por maravillosa que sea, puede equipararse al poder de un solo momento de clara visión interior en nuestra propia naturaleza. Y el camino más directo a dicha experiencia es la meditación. Este es un punto muy importante.

La meditación correcta significa comprender nuestra verdadera naturaleza. El camino hacia ello empieza y acaba con la pregunta: “¿Quién soy?” Es una enseñanza muy simple y no es especial. Cuando nos hacemos muy a fondo esta pregunta, lo que aparece es sólo “no sé.” Se corta todo pensamiento y regresamos a nuestra mente anterior al pensamiento. Si alcanzamos este no sé, ya hemos alcanzado nuestra verdadera naturaleza. Hemos regresado a nuestra verdadera naturaleza, que es la mente antes de que surja el pensamiento. De este modo podemos alcanzar nuestra vía correcta, alcanzamos la verdad, y nuestra vida funciona correctamente para salvar a todos los seres del sufrimiento. Lo llamamos “despierta.” Esta es la experiencia de la verdadera meditación.

¿Por qué este libro se llama La Brújula del zen? Las enseñanzas budistas nos muestran que este mundo es un océano de sufrimiento. Todo el mundo nace, sufre, envejece y muere. Renacemos, sufrimos, envejecemos y luego morimos. Todos los seres renacen una y otra vez. A causa de nuestros deseos y apegos, hemos ido haciendo esto desde la eternidad. El nombre sánscrito es samsara; todo está constantemente girando y girando. Los caracteres sino-coreanos son *go hae*, u “océano de sufrimiento.” Buda enseñó que debemos tomar un barco a través

de este océano del samsara, un barco de sabiduría o “barco prajna,” Pero, como todos los barcos que surcan el océano, este barco necesita una brújula.

Digamos que quieres coger un barco de Los Angeles a Corea. A bordo has almacenado suficiente comida, ropas y medicinas. Son necesarias para mantener el cuerpo vivo. ¿Pero, cómo encontrar nuestro destino en este viaje? Lo más importante que hay que aclarar es nuestra dirección. Si nuestra dirección no está clara, vagaremos durante años por el océano. Nos perderemos fácilmente. Mientras tanto, tal vez nos quedemos sin comida, o nos encallemos en alguna isla. Por lo que nuestra dirección es la cosa más importante de todas. “¿Cómo puedo llegar a Corea? ¿Cómo llegar ahí? ¿Dónde está Corea?”

Para encontrar nuestra dirección correcta, necesitamos una brújula. Si los marinos carecen de brújula, aunque tengan un barco muy bueno, excelentes mapas y un tiempo magnífico, no percibirán claramente su dirección correcta. Evidentemente se perderán y no alcanzarán su destino. Pero cuando utilizamos correctamente la brújula de este barco, podemos encontrar nuestro verdadero camino. Entonces podemos percibir que, en realidad, nuestro verdadero camino está siempre frente a nosotros.

Por lo tanto, si queremos entender nuestra verdadera naturaleza, debemos practicar meditación. Mantengamos únicamente esta pregunta con intensidad: “¿Quién soy?” No ~~seeé~~... Pero existen muchas clases de enseñanzas que podemos seguir durante el camino. Existen las enseñanzas del budismo tibetano, las enseñanzas del budismo chino, el zen coreano, japonés y Nam u m yoho renge-kyo; existen el vipassana, la meditación trascendental, la meditación de la clara luz. Existen la práctica de la Tierra Pura, el budismo tántrico y el budismo esotérico. Existen muchísimos tipos de enseñanza, especialmente hoy en día en Occidente. ¿Qué es una enseñanza correcta, y como funciona? ¿Cómo apunta directamente a la mente? ¿Cómo nos ayuda a descubrir nuestra vía correcta, la verdad y una vida que funciona de un modo espontáneo y compasivo con todos los seres? Este es el motivo de crear esta brújula: ayudarte a encontrar la verdadera médula de las enseñanzas de Buda en las tres divisiones principales del budismo.

En Oriente existe un viejo dicho: “Para una enfermedad cálida, utiliza medicina caliente. Para una enfermedad fría, utiliza medicina fría.” Los seres humanos sufren de la enfermedad de palabra y pensamiento, por lo que, en ocasiones, la medicina de palabra y pensamiento puede ayudarlos. Esta es la causa de que tengamos estas enseñanzas de la Brújula del zen. Si no nos apegamos al habla y a las palabras de esta Brújula y sólo mantenemos la mente no sé, cortando completamente todo pensamiento, la medicina de habla y pensamiento de estas páginas

puede ayudarnos a descubrir nuestra vía correcta. Podremos conocer por nosotros mismos la médula de las enseñanzas de Buda. Pero si nos apegamos al habla y a las palabras, incluso las palabras de Buda nos llevarán directamente al infierno. Por lo tanto, lo que viene a continuación son muchas clases de maravillosas enseñanzas en forma de palabras: existen palabras hinayana, palabras mahayana, palabras zen, palabras chinas, palabras sánscritas, también hay palabras coreanas, palabras japonesas, palabras americanas y palabras polacas. Hay palabras verdaderas, palabras falsas, buenas palabras y malas palabras. A veces no hay palabras. Hay muchísimas clases de palabras. Si queréis alcanzar vuestra verdadera naturaleza, no os apeguéis a ninguna de estas palabras de enseñanza. Si decís que el budismo hinayana es la enseñanza budista correcta, tendréis un problema. Si decís que el budismo mahayana es correcto, tendréis un problema mayor. Y si decís que el zen es la enseñanza correcta, iréis al infierno como una flecha. No os apeguéis al verbo de esta Brújula. Solamente percibid hacia dónde os señala, y entonces podréis sólo hacerlo.

Lo mejor que podéis hacer es aprender el modo de mantener una gran pregunta con mucha fuerza: “¿Quién soy?” Manteniendo esta pregunta con gran determinación, lo que aparece es sólo “no sé.” No hay pensamiento. Deja de haber habla y palabras, porque se corta todo pensamiento. Lo llamamos “no sé.” También lo llamamos naturaleza verdadera o verdadero sí mismo. A veces se conoce como iluminación, *satori* o *kensho*. Pero, originalmente, este punto no tiene ni nombre ni forma. Si lo alcanzas, alcanzarás el budismo hinayana, alcanzarás el budismo mahayana y alcanzas el zen. Alcanzas que el hinayana, el mahayana y el zen son el mismo punto. “¿Quién soy” El nombre de este punto es “no sé.”

Por lo tanto, espero que leáis estas palabras pero que no os apeguéis a ellas, que solo sigáis adelante con el no sé, insistáis, insistáis, insistáis durante diez mil años sin parar, alcancéis la iluminación y salvéis a todos los seres del sufrimiento.

Maestro zen Seung Sahn  
Hombre de la Montaña Dok Seung  
Templo Hwa Gye Sah  
Montaña Sam Gak  
Seúl, Corea del sur  
1 de agosto de 1997



## El propósito del budismo

### 佛教目的

Primero alcanza la iluminación,

上求菩提

luego instruye a todos los seres.

下化衆生

Hace muchos siglos, el filósofo griego Sócrates solía pasear por las calles y mercados de Atenas, enseñando a sus estudiantes. Les decía: “¡Tienes que conocerte a ti mismo! ¡Tienes que conocerte a ti mismo! ¡Tienes que conocerte a ti mismo!” Un día un discípulo le dijo: “Siempre dices que tenemos que conocer a nosotros mismos. ¿Pero tú, te conoces a ti mismo?”

“No, no me conozco a mí mismo,” contestó Sócrates. “Pero comprendo este ‘no sé.’” Es una enseñanza muy interesante. La práctica budista señala a la misma experiencia, puesto que la mayoría de los seres humanos pasan sus vidas sin el menor sentido de quienes son.

Comprendemos muchas cosas de este mundo, pero no nos comprendemos a nosotros mismos. ¿Por qué hemos venido a este mundo los seres humanos? ¿Por qué vivimos en este mundo? ¿Por amor? ¿Por dinero? ¿Por respeto o fama? ¿Vivimos por nuestra esposa, esposo o niños? ¿Por qué vivimos en este mundo? Si alguien nos hace estas preguntas, tal vez respondamos: “Vivo por mis hijos. Vivo para ahorrar el suficiente dinero, o quizás simplemente para darme la buena vida.” La mayoría de las personas piensa así. Viven sólo para su familia, buscando alguna fugaz respetabilidad social, tal vez para gozar del arte o conseguir alguna posición de poder. Todo el mundo quiere gozar de una buena situación para sí mismo. Si observamos de cerca este mundo, es fácil ver que la mayoría de las personas comen, duermen y simplemente viven buscando su propia felicidad personal. Pero estas cosas no son el propósito real de la vida de los seres humanos. Son simplemente medios de vida provisionales para vivir en este mundo. Si los seres humanos no pueden descubrir quiénes son, ¿cómo podrán ser nunca felices?

## Las seis paramitas

# 六 婆 羅 蜜 行

Generosidad

布 施

Preceptos (Conducta)

持 戒

Perseverancia (Paciencia)

忍 辱

Esfuerzo (Energía)

精 進

Samadhi (Meditación)

禪 定

Sabiduría

智 慧

Las Seis paramitas son guías prácticas para el enfoque del budismo mahayana. Ya hemos hablado de algunas de las principales enseñanzas del budismo hinayana. Las tres principales visiones profundas del budismo hinayana son: visión profunda en la Impermanencia, visión profunda en la Impureza y visión profunda en el No-ser. En el budismo mahayana, éstas son las Seis Paramitas. Son las prácticas básicas del enfoque mahayana. También apuntan a nuestra dirección, que es nuestro voto, vida tras vida, de practicar a fondo y alcanzar la iluminación para poder salvar a todos los seres del sufrimiento.

El significado de la generosidad es muy claro. Todos los seres humanos tienen posesiones. ¿Pero, por qué obtenemos y mantenemos estas cosas? ¿Son sólo para nuestro propio placer, o son útiles para ayudar a los demás? Se trata de un

punto muy importante. La mayoría de las personas conservan las cosas solo para sí mismas o para su familia. Lo que crea apego, y el apego conduce al sufrimiento. Al morir ¿qué podemos llevarnos? “Viniendo con las manos vacías, marchando con las manos vacías; esto es humano.” Un famoso proverbio cristiano dice: “El sudario no tiene bolsillos.” Cuando marchemos ¿ni siquiera podremos llevarnos nuestro cuerpo; Por lo tanto los seres humanos no pueden llevarse nada: ¿por qué apegarnos en esta vida a nuestras cosas? Por mucho que valoremos nuestras posesiones, estas no pueden ayudar a nuestra verdadera naturaleza. Hemos de recordarlo. Por lo tanto, el budismo mahayana nos enseña generosidad con el fin de ayudarnos a mantener nuestra dirección clara. Mi vida es únicamente para todos los seres, por lo que mis posesiones son también para todos los seres. Si viene dinero, está bien. Si el dinero se va, también está bien. ¿Cómo funcionan mis cosas y mi dinero para ayudar a los demás? Esta generosidad no se aplica únicamente a los objetos físicos: todo lo que tengo y todo lo que soy es sólo para todos los seres.

Ya hemos hablado de los preceptos. Se trata de una parte muy importante de las enseñanzas budistas. En la práctica budista hinayana, seguimos los preceptos con el fin de mantener una mente pura. Si nuestra mente es pura, tal vez algún día podamos alcanzar el nirvana y salir de este reino de sufrimiento. Los preceptos son como una valla que nos protege del mal. Impide que los ladrones puedan robarte tu tesoro. Los preceptos mahayana son los mismos preceptos, pero practicamos con ellos de un modo algo distinto. En la práctica mahayana, mis preceptos y mi práctica no son sólo para mí: son sólo para todos los seres. Por lo tanto, mantengo estos preceptos no para mí mismo, sino para ayudar a los demás seres. Lo que significa que a veces, en alguna situación, romper los preceptos también es la práctica correcta. El punto más importante es ¿por qué lo haces? ¿Es sólo para ti o para todos los seres?

Si mantienes estos preceptos sólo para ti, para mantenerte puro, a veces no se trata de una práctica muy clara. Digamos que un día estamos recogiendo leña en las montañas. Vemos pasar un conejo por el camino que tenemos al lado. Alcanza un cruce del camino y huye por la derecha. Poco después, llega un cazador corriendo detrás de él. Lleva un gran rifle. El cazador ve que estamos ahí y pregunta: “¿Qué camino ha cogido el conejo?” Acabas de tomar los Cinco Preceptos. Uno de los preceptos más importantes que enseñó el mismo Buda es no mentir. En muchas ocasiones a lo largo de su vida, subrayó la necesidad de mantener este precepto. Ahora bien, si piensas: “Acabo de tomar los Cinco Preceptos. Soy un budista correcto. Debo mantener una mente pura, por lo tanto debo mantener los preceptos: ¡no puedo mentir!” De manera que le di-

rás al cazador el camino que tomó el conejo. Dirás la verdad. Entonces el cazador encontrará al conejo y lo matará. El conejo morirá, y el cazador creará mal karma con el conejo. A esto se le llama mantener los preceptos sólo para nosotros mismos. Se trata de una práctica muy limitada de los preceptos.

Pero hay otro modo. Se trata de un camino muy amplio en el que viajas hacia la liberación junto a los otros seres. Este gran camino consiste en la función de nuestra mente clara, momento a momento, para ayudar a los demás. Por lo tanto, cuando llega este cazador, éstas lleno de tristeza por el conejo, que puede morir si dices la verdad. También miras al cazador y sabes que, al matar al conejo, sólo creará más mal karma para sí mismo. Este mal karma le creará un montón de sufrimiento en el futuro. Por lo que señalas a la izquierda del cruce y dices: “¡El conejo ha ido por allí! ¡Ha ido por allí! ¡Corre!” Lo envías por el camino equivocado. Al decir esto, has roto uno de los preceptos más importantes instaurados por Buda. Pero este precepto no es para ti, para ayudarte en tu propia situación y condición en este instante. Hemos de darnos cuenta del sentido de los preceptos: dan su dirección básica a nuestra práctica. Los preceptos existen para que podamos ayudar a todos los seres. Por lo tanto, al romper este precepto en esta situación, has salvado la vida del conejo. También has salvado a este cazador de crear mal karma. En la tradición mahayana, los preceptos no son para mí —para mantener mi mente pura— sino para todos los seres. A veces a esto lo llamamos un precepto de mente clara. ¿Cómo funcionan los preceptos, de instante en instante, para ayudar a todos los seres? A causa de ello, en nuestras ceremonias de preceptos decimos: “Sabed cuando los preceptos están abiertos y cuando están cerrados; sabed cuando mantenerlos y cuando romperlos.” Se trata de un tipo de práctica muy importante.

Un famoso sutra dice: “Buda enseñó todos los dharmas con el fin de salvar a todas las mentes. ¿Si no mantenemos todas estas mentes, ¿para qué sirven los dharmas?” Por lo tanto, si tenemos mente, tener preceptos y mantener los preceptos son prácticas muy importantes. Pero si realmente hemos cortado todo pensamiento y no mantenemos mente alguna, en ese caso los preceptos no son necesarios. Al utilizar libremente el bien y el mal para ayudar a los demás, vuestra vida ya es un acto de bodhisattva.

Otra parte importante de nuestra práctica es nuestro esfuerzo. En la mayoría de las tradiciones budistas mahayana, cada mañana se inicia recitando juntos el voto: “Los seres sensibles son innumerables; hacemos el voto de salvarlos a todos.” Lo que significa que, de instante en instante, mi vida es sólo para todos los seres. Lo llamamos perseverancia. Su significado es que sea que aparezcan buenas sensaciones o malas sensaciones, sea que nos encontremos en una

## Señalar directamente a la mente

# 直指人心

Maestro Dong Sahn

洞山禪師

“Tres libras de lino.”

麻三斤

Maestro Un Mun

雲門禪師

“Mierda seca en un palo.”

乾屎橛

Maestro Joju

趙州禪師

“El ciprés en el jardín.”

庭前柏樹子

El zen no explica nada. El zen no analiza nada. Simplemente apunta directamente a nuestra mente para que podamos despertar y convertirnos en Buda. Hace mucho tiempo, alguien preguntó a un gran maestro zen: “¿Es muy difícil alcanzar nuestra verdadera naturaleza?”

El maestro zen contestó: “Sí, ¡muy difícil!”

Más tarde, alguien más preguntó al mismo maestro zen: “¿Es muy fácil alcanzar nuestra verdadera naturaleza?”

“Sí, ¡muy fácil!”

Otras personas le preguntaron: “¿Alcanzar nuestra verdadera naturaleza es muy fácil o muy difícil?”

El maestro zen contestó: “Sí, es muy difícil y también muy fácil.”

Alguien le preguntó más tarde: “La práctica zen ¿es muy fácil o muy difícil?”

El maestro zen dijo: “Cuando bebes agua, sabes por ti mismo si está fría o caliente.”

La clave de esta historia es que nuestra mente lo crea todo. Si creemos que algo es difícil, es difícil. Si creemos que algo es fácil, es fácil. Si creemos que algo no es fácil, pero tampoco difícil, entonces no será ni fácil ni difícil. ¿Entonces, cómo es? Ve a beber un poco de agua y sabrás por ti mismo si está fría o caliente. No crees fácil ni difícil. No crees nada: cuando hagas algo, simplemente hazlo. Esto es zen.

## Ver nuestra propia naturaleza, convertirnos en Buda

是性成佛

1. El sauce es verde; las flores son rojas.

柳綠花紅

2. Los cuervos son negros, las grullas son blancas.

烏黑鷺白

3. ¿Ves? ¿Oyes?

還是麼，還聞麼。

La enseñanza zen es muy clara y sencilla. Señala directamente a nuestra verdadera naturaleza para que podamos despertar y ayudar a este mundo. Cuando vemos, cuando oímos, cuando olemos, cuando gustamos, cuando tocamos, cuando pensamos —todo, tal cual, es la verdad. Todo es la naturaleza de Buda. Todo es nuestra verdadera naturaleza. Nuestra naturaleza y la naturaleza de todas las cosas de este universo nunca están separadas. El sauce es verde y la flor es roja; esto es correcto. El cuervo es negro, la grulla es blanca; esto es correcto. La pared es blanca. El mantel es amarillo; esto es correcto. Fuera está oscuro; dentro hay luz; esto es correcto. No pensemos en nada y este universo ya es nuestro. Nuestra mente es clara como el espacio, lo que significa que es clara como un espejo. Todo se refleja tal cual: cuando se presenta el rojo, en el espejo aparece el rojo; llega el blanco, blanco. El cielo es azul. El árbol es verde. Un perro ladra. “¡Guau! ¡Guau!” El azúcar es dulce. Cuando vemos algo, ésta es nuestra verdadera naturaleza. Cuando oímos, olemos, gustamos, tocamos y pensamos, esto es también nuestra verdadera naturaleza, nuestra substancia original y Buda. Todo es ya la verdad. Todo es nuestra verdadera naturaleza y todo es Buda. No se trata de una enseñanza especial. ¡Está muy claro!

## Kong-an y todos los casos

### 古則公案

Mil setecientos kong-ans 千七百公案 (祐頌)		(Chogyé) 曹懷宗
El Pi-yen Lu (Hekigan Roku) 碧岩錄	cien casos 百則	(Rinzai) 臨濟宗
El Tsung-jung Lu (Shoyo Roku) 從容錄	cien casos 百則	(Soto) 曹洞宗
El Wu-men-kuan (Mumon Kan) 無門關	cuarenta y ocho casos 48 則	(utilizado por todos) 諸般

Desde la antigüedad, en China, Corea y Japón ha existido un modo concreto de autentificar los documentos importantes. Se ponen juntas dos versiones del documento y se marcan los documentos con un sello de tinta roja. Más tarde, cuando alguien quiere asegurarse de que algún título o documento es auténtico, simplemente comprueba los sellos. Si los sellos casan, el documento puede ser considerado fiable. De modo semejante, cuando un estudiante zen practica a fondo y proclama haber alcanzado alguna intuición interior sobre su verdadera naturaleza, ¿cómo puede comprobarse? Este es el significado de los kong-an (en chino Kung-an; en japonés, koan) y de la práctica de kong-an. En la tradición zen, los kong-ans se utilizan del mismo modo. Un discípulo lleva su comprensión a un maestro. La comprensión de una pregunta por parte del discípulo constituye la mitad y debe casar con la comprensión del maestro, que es la otra mitad. Cuando maestro y discípulo comparten la misma comprensión, a esto se le llama transmisión de mente a mente.