

Este mes...

# “Naturaleza Original”

*Denkô Mesa es maestro de meditación zen, director espiritual del Dojo Zan-mai San, conferenciante, escritor y educador de nuestro país quien en los últimos años ha compartido sus conocimientos sobre el Desarrollo Integral Humano. Autor de los libros Zen: Entrega y confianza y Budismo: Historia y Doctrina. También ha publicado los poemarios En los espacios del silencio y Presencia Invisible. En esta sección ofrece sus reflexiones que nos permiten profundizar en la naturaleza del ser humano.*



Todos los humanos compartimos un mismo anhelo: ser y sentirnos plenamente felices, propósito que implica el aprendizaje y el máximo desarrollo de nuestras potencialidades. Pero, ¿cuánto estamos apostando para que ocurra esta experiencia? ¿Cómo estamos vehiculando los dones materiales y económicos que disponemos? ¿Hacia dónde proyectamos la creatividad o la imaginación? ¿Cómo nos estamos relacionando con el cuerpo, la emocionalidad, la mente y el espíritu? En definitiva, ¿qué estamos haciendo para que este reencuentro con el verdadero Ser que nos sustenta, se produzca?

Desde mi punto de vista, desaprovechamos de manera inconsciente la certitud de dos grandes verdades. La primera reside en el reconocimiento de haber nacido en tanto que forma humana; en segundo lugar está el saber, el legado del conocimiento, recogido por distintas vías y tradiciones, cuya meta no es otra que la de seguir orientándonos adecuadamente y hacer del tránsito de la vida un paseo consciente.

Sin embargo, observo que este recorrido lo concebimos de manera equivocada. Generalmente nos movemos en las coordenadas del espacio-tiempo desde un estado de carencia; creemos que algo o alguien nos falta, pero ya lo somos todo, siempre lo hemos sido y lo seguiremos siendo. Nada falta y nadie sobra en este universo dinámico que se presenta con signos de caducidad e impermanencia, ahora bien, el alcance de la naturaleza primigenia dista mucho de la ideación o identificación que nos hagamos de la misma. De hecho, es nuestra percepción condicionada la que nos hace vivir de espaldas a ella, es la mente dualista la que distorsiona los fenómenos, oscilando siempre bajo el impulso del apego y el rechazo. Este desequilibrio genera un claro malestar existencial, un desasosiego interno que se traduce en distintas patologías corporales, emocionales y mentales.

Dicho esto, ¿podemos salir de este estado? ¿Existe la posibilidad de contactar con la verdadera realidad de la existencia? Claro que sí,

pero debemos saber que la naturaleza de la mente discursiva y analítica, mediante funciones que permiten redactar ahora o leer estas palabras, jamás podrán sustituir la experiencia inmediata de morar la plenitud. Como recoge el maestro Huang-Po en su libro *Mente Única*: “carece de principio, no surge de la existencia ni carece de existencia... Se halla fuera de toda conceptualización o designación”. Es algo simple y directo. Nos complicamos demasiado. La naturaleza original nos sustenta a todos por igual.

Si repasamos la historia del pensamiento, numerosas son las terminologías usadas para referirse a ella. Así encontramos alma, esencia, mismidad, talidad, mente incondicionada, etc. Fue entendida hasta de tres maneras distintas por los primeros filósofos griegos: (1) En un principio, aquello que aparece: la naturaleza entera, el cosmos, el orden total del universo... (2) También, aquello que las cosas realmente son: la naturaleza auténtica frente a la aparente... (3) Aquello de donde surgen las cosas y a donde van a parar (denominada *arjé* a partir de Anaximandro) Podríamos seguir aportando términos y explicaciones, pero caeríamos fácilmente en los entresijos y enredos de la mente. Habitamos un espacio ilusorio repleto de estrechas categorías y variopintas miras personales.

Las palabras deben ser usadas como simples guiños para favorecer la apertura intuitiva del perceptor atento. La naturaleza original no tiene nombre, ni propietario,

ni forma, ni tiempo conocido. Es una experiencia total de integridad en el ahora. Constatar este hecho, depende de cada uno de nosotros y está al alcance de todos. Ahora bien, estriba eso sí, en la actitud de entrega, apertura y perseverancia con la que nos dispongamos, para dejar caer los viejos patrones y aprender cuáles son las condiciones favorables que permiten la emergencia natural de la conciencia despierta y por el contrario cuáles son aquellas otras que nos devuelven al mundo de las sombras.

Por ejemplo, en los retiros de meditación zen, una vez que finaliza la enseñanza, los participantes nos dejamos envolver por la recitación de la siguiente estrofa: “*Nuestra mayor aspiración en este mundo es alcanzar nuestra auténtica naturaleza original.*” ¿Qué es lo que buscamos en un retiro de meditación? ¿Acaso huimos de algo o alguien? ¿Qué queremos atrapar? ¿Nos sentimos quizá más cerca de la naturaleza original? ¿Somos exclusivos por el hecho de practicar?

La palabra japonesa *sesshin* es sinónimo de retiro y se traduce por ‘tocar lo esencial’. Durante un retiro de meditación zen no hacemos nada especial: nos levantamos, aseamos, meditamos, trabajamos, comemos, estudiamos... Esta didáctica, desarrollada armónicamente a lo largo del fin de semana, o durante varios días, nos permite observar que lo esencial se hace visible a los ojos de una atención plena. No hay nada oculto bajo los ojos de la presen-

**“LA NATURALEZA ORIGINAL NO TIENE NOMBRE, NI PROPIETARIO, NI FORMA, NI TIEMPO CONOCIDO. ES UNA EXPERIENCIA TOTAL DE INTEGRIDAD EN EL AHORA. CONSTATAR ESTE HECHO, DEPENDE DE CADA UNO DE NOSOTROS Y ESTÁ AL ALCANCE DE TODOS.”**

cia, sin embargo, vivimos los distintos instantes de la vida de forma desordenada, tenemos una visión distorsionada de la realidad y de nosotros mismos.

Otro maestro, Ramana Maharsi, ya dijo que “*la iluminación no es imposible de alcanzar, más bien es imposible de evitar*”. Ya estamos plenamente dotados del poder de la conciencia, ahora bien, el uso que hacemos de esta potencialidad como seres humanos, dista bastante del fundamento de la verdadera naturaleza de la existencia. La vida es un regalo y desarrollarse en plenitud es una gran oportunidad, una enorme responsabilidad que no podemos obviar ni dejar pasar. El proceso del darse cuenta requiere constancia y diligencia. Cuando caen las barreras creadas por la mente ilusoria, ante nosotros aparece la naturaleza original tal cual es. Por eso, el momento que precede al despertar es de enorme perplejidad porque siempre ha estado, está y estará ahí ente nosotros.

La naturaleza original nos reúne a todos por igual. No es una condición especial, es connatural al hecho mismo de la existencia y de la no existencia. Recuerden esto: la luz innata aparece sin esfuerzo, surge desde la no pretensión, brota al aceptar cada cosa tal cual es. Siempre está ahí. La naturaleza original es plenitud y se transparenta libremente en cada fenómeno ■

**DENKÔ MESA**

**Escuchar reflexión completa**



1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28