

# CONSCIENCIA y DESARROLLO ESPIRITUAL

—Con motivo de reseñar la obra: «ZEN EN LA PLAZA DEL MERCADO», del Maestro Dokushô Villalba—

Manuel José Moreno Ferrero  
Psicólogo · Psicoterapeuta



Recibido: 25/05/2018

Aceptado: 30/05/2018

## RESUMEN

El zen constituye un recurso honesto e inteligente desde el que encarar el dato vivencial inmediato, abriendo las puertas a la posibilidad de deconstruir realidades mentalmente establecidas a partir de condicionamientos y virtualismos culturales de todo tipo y condición. Las reflexiones que siguen pretenden ser un preámbulo de reseña al libro de Dokushô Villalba: "Zen en la plaza del mercado", publicado por Kairós en Octubre de 2016, en el que se exponen de forma clara y sosegada, razones y motivos para despertar al horizonte espiritual desde la vivencia del sentido, realizando con ello la propia profundidad existencial.

**Palabras clave:** zen, zazen, meditación, Dokushô Villalba, zen en la plaza del mercado, consciencia

# CONSCIOUSNESS and SPIRITUAL DEVELOPMENT

—In order to review the work: "ZEN IN THE MARKETPLACE", by Master Dokushô Villalba—

## ABSTRACT

Zen is an honest and intelligent way of addressing the immediate existential data, opening the doors to the possibility of deconstructing mentally established realities from cultural conditioning and virtualism of all kinds and conditions. The following reflections are intended to be a preamble to Dokushô Villalba's book: "Zen in the Market Square", published by Kairós in October 2016, in which they are exposed in a clear and calm way, reasons to awaken the spiritual horizon from the experience of meaning, realizing with it the existential depth itself.

**Keywords:** zen, zazen, meditation, Dokushô Villalba, zen in the market square, consciousness

7

*"...la psique no está allí donde pretende encontrarla un intelecto de miras estrechas. La psique está ahí, pero no en forma física. Es un prejuicio casi ridículo suponer que la existencia sólo puede ser corpórea. En realidad, la única forma de existencia de la que tenemos un conocimiento inmediato es psíquica. El hecho de que, si sabemos algo de la materia, es sólo porque percibimos imágenes psíquicas que nos son transmitidas por los sentidos, nos autorizaría, inclusive, a argumentar a la inversa y afirmar que la existencia física no es más que un corolario de nuestros razonamientos. (...) La psique existe; la psique es, incluso, la existencia misma."*

Carl Gustav JUNG

## LA REALIDAD DE LA PSIQUE

Nada es tan necesario y a la vez tan difícil como ocuparse de las realidades anímicas, esto es, de la propia esencialidad de la vida. Resulta un tanto descorazonador el hecho de que para muchas personas, la aludida y vital tarea es un asunto comúnmente confinado a marginales estanterías por sospechosa banalidad.

Lo cierto es que un adecuado y realista reconocimiento de la vida anímica, la realidad de la psique<sup>(1)</sup> que diría Jung, requiere de una amplia cultura —no necesariamente académica, ni mucho menos—, apertura a la experiencia (quinto de los superfactores del modelo de los cinco grandes —Big Five<sup>(2)</sup>—) y fundamentalmente, de una fluida y desprejuiciada inteligencia, que viene a ser lo mismo que dis-

poner de una genuina consciencia respecto de ciertas verdades esenciales.

Se advierte a menudo una pueril autosuficiencia que impregna de presunción y arrogancia la atmósfera intelectual del ciudadano medio, descansando en buena medida sobre el trepidante y portentoso ingenio tecnológico, quizá sin reparar en toda su significación y alcance en el hecho de que dicho desarrollo, al igual que toda proeza humana, es expresión y consecuencia de un portento aún mayor: el potencial para un psiquismo auto-consciente, evolutivamente soterrado en las oscuridades inconscientes de nuestro propio entramado psicobiológico<sup>(3)</sup>.

No obstante y por fortuna para la buena reputación de la inteligencia humana, a lo largo de los milenios de historia y prehistoria de nuestra especie han existido personalidades predisuestas y entregadas a la indagación

concienzuda de los secretos manantiales del cerebro profundo.

## ZEN Y DIALÉCTICA DEL DESPERTAR

Una de las más serias y reputadas creaciones del espíritu humano en su afán por revelarse —despertar— a sí mismo, se conoce por el vocablo japonés ZEN<sup>(4)</sup>, y ostenta en la mencionada aventura un merecido lugar de dignidad y referencia, en gran parte debido a que dicha tradición reniega de proselitismos, reconocimientos personalistas, afanes y privilegios tácticos de carácter político o económico, así como de ideologías sugestivas o de embriagados eslóganes.

El ZEN representa una invitación mediante didácticas originales y muy propias<sup>(5)</sup> a la experiencia inmediata de la realidad misma, más allá de toda ideación preconcebida, elaborados conceptos o teoricismo agudo.

La vía o camino que el ZEN prescribe ante tamaña apuesta consiste, al menos en una importante medida, en una antigua y reconocida tecnología meditativa basada en la evidencia, una práctica de recogimiento e interiorización (como prefiere describirla el maestro Dokushō) conocida por ZAZEN<sup>(6)</sup>, un afinado instrumento actitudinal y psicofísico capaz de generar estados de flujo psicomentales preñados de significación, así como experiencias que trascienden las estrecheces y unilateralidades del discurso racional.

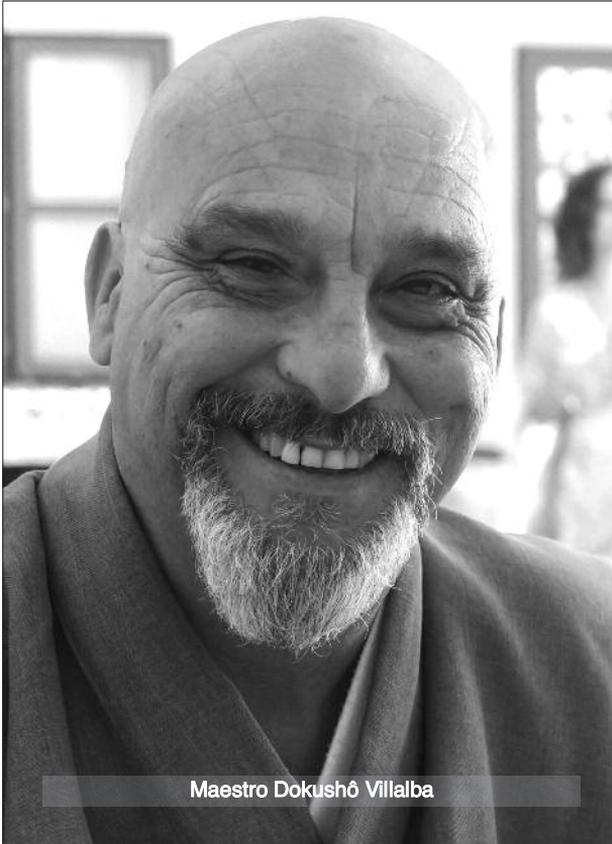
Se trata, en efecto, de una tradición milenaria en la que convergen de forma creativa el budismo indio y el taoísmo chino, apuntando directamente hacia vivencias de hondo calado para las que conviene desde todo punto de vista contar con una guía competente.

## DOKUSHŌ VILLALBA: ZEN EN LA PLAZA DEL MERCADO

En España la tradición ZEN cuenta con la guía autorizada de un monje y maestro ZEN de origen sevillano, Dokushō Villaba, discípulo y continuador de reconocidos maestros japoneses como Taisen Deshimaru<sup>(7)</sup> o Shuyu Narita<sup>(8)</sup>.

Dokushō Villalba fundó el Monasterio Zen «Luz Serena»<sup>(9)</sup> en 1989, en la Comunidad Valenciana, al que asisten anualmente una gran cantidad de personas con el propósito de habilitarse en las prácticas del ZEN, colaborando estrechamente con diversas universidades en programas de postgrado cuya tónica central es el Mindfulness. Ha traducido un importante número de obras clásicas del ZEN, la última de las cuales “Las raíces del





Maestro Dokushō Villalba

zen. Cinco textos clásicos del zen chino<sup>(10)</sup>, fue publicada por Miraguano Ediciones, a principios de este mismo año.

La obra que aquí referenciamos, «Zen en la plaza del mercado»<sup>(11)</sup>, publicada en Noviembre de 2016, constituye un genuino tratado acerca del ZEN y posee un gran valor motivacional e integrador para aquellas personas realmente interesadas en la disciplina.

Este importante e inspirador trabajo posee la virtud de conducir al lector atento, mediante un lenguaje claro, directo, preciso, bien fundamentado, autorizado, en un estilo perceptiblemente pausado y sereno..., por las avenidas de la historia del ZEN (un recorrido breve pero suficiente), desde su génesis vinculada a las vicisitudes de la vida del Buda histórico, Siddharta Gautama —la “Luz de Asia”<sup>(12)</sup>—, a las técnicas, actitudes y motivaciones más adecuadas para acercarse a la experiencia central del ZEN, el satori, con unas más que interesantes reflexiones sobre la consciencia y la experiencia cognitiva humana.

La segunda parte del libro la dedica el maestro ZEN español a un análisis crítico de la dinámica consumista actual, aquello que el autor denomina “la religión del mer-

cado”, así como a la manipulación mental del hombre posmoderno, a su falta de responsabilidad ante sí mismo, su irrenunciable culto al dinero, así como los engaños en los que incurre atrapado en los engranajes y dinámicas de las sociedades inspiradas en la lógica capitalista.

Reflexiones sobre la cosmovisión budista en tanto que inspiración y de la necesidad de un despertar individual que discurra parejo de la acción colectiva.

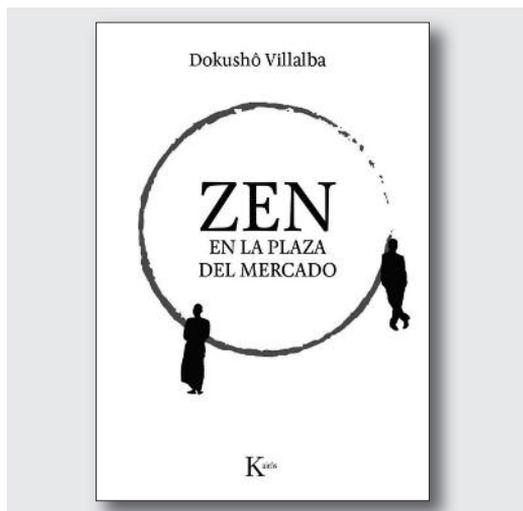
«ZEN en la plaza del mercado» concluye con dos clásicos del humanismo de los siglos XIX y XX, oportunamente alineados con la vida actual: las necesidades humanas sintetizadas y expuestas en forma piramidal por el psicólogo Abraham Maslow en 1943, y el conmovedor manifiesto del jefe indio Noah Sealath, redactado en 1854 en respuesta al presidente estadounidense, Franklin Pierce.

Dokushō Villalba, monje y maestro ZEN español, prolífico escritor, vierte en esta obra una amplia y multidimensional panorámica de las muchas razones y motivos que pueden esgrimirse para re-conectarse con el norte espiritual humano. Sus palabras se dirigen al hombre inmerso en la dinámica social (la plaza del mercado), en gran medida disociado por una dispersión mental de proporciones cada vez más preocupantes, enajenado de una realidad natural ciertamente al alcance de su mano, que no

es otra que su propia realidad original, pero alcanzada no desde vanas o sugestivas especulaciones metafísicas, sino desde el paciente cultivo de un preciado recurso con el que los dioses —o la natura— han querido sazonar la experiencia vital: la enigmática y universal consciencia de ser.



Zendo del Monasterio Luz Serena



10 *“«Zen en la plaza del mercado», publicada en Noviembre de 2016, constituye un genuino tratado acerca del ZEN y posee un gran valor motivacional e integrador para aquellas personas realmente interesadas en la disciplina.”*

#### BIBLIOGRAFÍA

1. Jung CG. Psicología y religión. O.C. Vol. 11, pág. 15. Trotta, Madrid, 2008.
2. Inventario de personalidad NEO revisado (NEO-PI-R) e Inventario NEO reducido de cinco factores (NEO-FFI). TEA Ediciones, Madrid, 1999.
3. Moreno MJ. Anima Mundi. La silenciosa presencia de lo inconsciente. Obelisco. 2016.
4. Suzuki D.T. El ZEN y la cultura japonesa. Orientalia, 2014.
5. Kôun Yamada. Barrera sin puerta. Zendo-Betania, 1993.
6. Dokushô Villalba. ¿Qué es el Zen? Introducción práctica a la meditación zen. Miraguano, 2017.
7. Taisen Deshimaru, discípulo de Kodo Sawaki, fue el primer maestro autorizado por la Escuela Soto japonesa para transmitir a Europa su enseñanza. Llegó a París en 1967. Durante quince años se dedicó a la expansión de la

enseñanza zen, formó a más de trescientos monjes, los primeros monjes europeos, tuvo miles de discípulos laicos y se fundaron a partir de su transmisión, más de ciento cincuenta centros en todo el continente europeo.

8. Shuyu Narita, Maestro Zen japonés de la Escuela Soto. Narita Roshí fue el primer discípulo confirmado en el Dharma por el Maestro Kodo Sawaki.

9. Monasterio Zen «Luz Serena». Reportaje corto sobre el Monasterio Zen Luz Serena, Comunidad Valenciana, España, realizado por TVE y emitido en el programa 'España Directo' el viernes 15 de enero 2016: <http://plana-taconciencia.blogspot.com/2016/01/el-monasterio-zen-luz-serena.html>

10. Dokushô Villalba. Las raíces del zen. Cinco textos clásicos del zen chino. Miraguano, 2018.

11. Dokushô Villalba. Zen en la plaza del mercado. Kairós, 2016.

12. Arnold E. La luz de Asia: vida y enseñanzas de Gautama, príncipe indio y fundador del budismo. Miraguano, 2008.



*Las necesidades humanas de Abraham Maslow y el discurso del jefe indio Noah Sealath, citados ambos a modo de epílogo en el libro «Zen en la plaza del mercado»*