

***Hishiryō* (pensar sin pensar)**

Rev. Tairyū Tsunoda

Universidad Komazawa

Etimología de *Hishiryō*

Hishiryō (非思量) literalmente significa “pensar sin pensar.” *Shiryō* (思量) significa “pensamiento” e *hi* (非) es un prefijo que indica negación y oposición. Por tanto, *hishiryō* equivale a “no pensar” o “más allá del pensamiento”.

La palabra *hishiryō* aparece en el *Fukanzazengide* Dōgen Zenji (aunque no figura en el manuscrito firmado), en el *Shōbōgenzō Zazengi*, *Shōbōgenzō Zazenshin* y en el *Zazen Yōjinkide* Keizan Zenji. Es uno de los términos más importantes utilizados para describir zazen. *Hishiryō* en estos escritos proviene del diálogo entre Yakusan Igen (745~828) y un monje, cuyo nombre no se revela, que se describe en *Keitoku Dentoroku* y otros textos Zen.

El gran maestro Yakusan Kōdō estaba sentado en zazen. Un monje le preguntó: “Al estar sentado inmóvil, ¿en qué estás pensando?” Yakusan dijo: “Pienso a partir del no pensar”. El monje dijo: “¿Pero cómo se piensa a partir del no pensar?”. Yakusan respondió: “Más allá del pensamiento (*hishiryō*).”

Al responder “*hishiryō*,” Yakusan señala un ámbito más allá del pensamiento que discrimina, el ámbito de ser uno con el no pensar, que es el ser original o verdadero. Este diálogo significa que zazen es la práctica de ser uno con el ser original, es ser que somos originalmente.

En la tradición Zen, la palabra *hishiryō* también se encuentra en un texto mucho más antiguo, el *Shinjinmei* escrito por el Tercer Ancestro Sosan.

La iluminación se ilumina por sí sola con la luz del vacío.

No hay necesidad de realizar el menor esfuerzo mental.

Es el ámbito del no pensar.

Un ámbito que va más allá de la comprensión

del razonamiento y de las emociones.

En este contexto, *hishiryō* se explica como un ámbito más allá de la capacidad del razonamiento y de la comprensión de las emociones. Posteriormente, este término se utilizó con este sentido más desarrollado. Por ejemplo, en *Unmon Koroku* (*Los registros extensos de Unmon*) encontramos el siguiente diálogo:

El monje preguntó: “¿Pero cómo es el ámbito del no pensar?”.
Unmon dijo: “Más allá de la comprensión del razonamiento y de las emociones”.

El significado de *hishiryō* en Soto Zen

En *Fukanzazengiy Zazen Yojinki*, *hishiryō* se introduce inmediatamente después de una enseñanza sobre la postura de zazen que utiliza la expresión: “sentarse inmóvil.” Por consiguiente, *hishiryō* puede entenderse como una descripción del estado en el que la mente debería estar cuando la postura de zazen se ha establecido correctamente.

En lo que respecta a este estado de la mente en zazen, nos encontramos con las siguientes enseñanzas:

En el *FukanZazengi*

No piense en nada “bueno” ni “malo”. No juzgue lo verdadero ni lo falso. Abandone las actividades de la mente, del intelecto y de la consciencia. Deje de medir con pensamientos, ideas y opiniones. No ambicione convertirse en un Buda. ¿Por qué ha de limitarse a estar sentado o recostado?

En el *Zazen Yojinki*

Abandone la mente, el intelecto y la consciencia, deje tranquilos los pensamientos, las ideas y las opiniones. No ambicione convertirse en un Buda. No juzgue lo verdadero ni lo falso.

Si quiere acabar con la confusión, debe abandonar los pensamientos de bien o de mal. Evite quedar atrapado en asuntos innecesarios.

Una mente “desocupada” junto con un cuerpo “sin actividad” son los puntos esenciales que deben recordarse.

Creo que la clave para comprender el significado de *hishiryō* se halla en estas enseñanzas.

Se dice que cuando practicamos zazen, se detienen todas las formas de pensamiento, como lo verdadero o falso, lo correcto o incorrecto y se dejan de lado todos los pensamientos y valoraciones. Con esta actitud, solo permanecemos sentados. Ésta es la enseñanza impartida por DogenZenji y KeizanZenji y de esto justamente trata *hishiryō*.

Hishiryō no es un estado sin pensamientos

Cesar “las actividades de la mente, el intelecto y la consciencia” y dejar de “medir con pensamientos, ideas y opiniones” no significa detener por completo cualquier actividad mental. Detener las “actividades” y dejar de “medir” implica evitar los pensamientos y las valoraciones arbitrarios, en lugar de permanecer, durante zazen, en un estado sin pensamientos. La idea de no tener pensamientos constituye en sí misma un pensamiento arbitrario. No quiere decir que un estado especial de la mente sea consecuencia de regular la mente a través de zazen. En vez de tener un estado mental especial, zazen implica *no* tener un estado mental especial.

Por ejemplo, encontramos este pasaje en el *ShobogenzoZazenshin*:

El monje preguntó: “¿Pero cómo se piensa el no pensar?” De hecho, si bien la noción de no pensar puede ser antigua, uno se pregunta: ¿cómo pensarla? ¿Podría no existir ningún pensamiento al sentarse de manera inmóvil?... Cuando pensamos el no pensar, siempre utilizamos el no pensar.

No es que al sentarnos en zazen no tengamos pensamientos, sino que pensamos desde el “no pensar”. Se le llama “cómo pensarlo” y “no pensar”.

En zazen simplemente nos sentamos al regular el cuerpo (la postura) y la respiración. En lo que respecta a la postura, nuestro objetivo es sentarnos de

la manera descrita en el *Fukanzazengiy* el *ZazenYojinki*. Esta postura regula de forma natural la respiración. Después, solo dejamos que se produzca la respiración según se describe en *ZazenYojinki*; el aire pasa libremente a través de la nariz y se regula naturalmente. *Hishiryō* es el estado de nuestra mente cuando nos encontramos sentados de esta manera. ¿Pero qué clase de estado mental es éste?

Cuando surge un pensamiento, sea consciente de él. Cuando sea consciente de él, desaparecerá.

En la versión de Tenpuku del *FukanZazengi* (el manuscrito firmado de DogenZenji), no encontramos las frases: “Piensa en el no pensar. ¿cómo pensarlo? Más allá del pensamiento.” En su lugar, se encuentran las siguientes frases: “Cuando surge un pensamiento, sea consciente de él. Cuando sea consciente de él, desaparecerá. Constantemente deje a un lado todo lo externo y sea uno con todas las cosas.” Se enseña como “el arte esencial de zazen”. Es decir, en la versión popular: “Cuando surge un pensamiento, sea consciente de él. Cuando sea consciente de él, desaparecerá. Constantemente deje a un lado todo lo externo y sea uno con todas las cosas” fueron eliminadas y se insertaron en su lugar las frases “Piensa en el no pensar. ¿Qué clase de pensamiento es éste? Más allá del pensamiento.” Incluso si el propio DogenZenji efectuó la citada sustitución, de todas maneras es importante saber que la enseñanza: “Cuando surge un pensamiento, sea consciente de él. Cuando sea consciente de él, desaparecerá. Constantemente deje a un lado todo lo externo y sea uno con todas las cosas” aparecieron en la versión firmada porque esta expresión nos ayuda a comprender *hishiryō*.

Dicha expresión constituye una descripción de nuestro estado mental durante zazen. Cuando surge un pensamiento durante zazen y nos hacemos conscientes de él, desaparece por sí mismo. Asimismo, cuando otro pensamiento se presenta, nos hacemos conscientes nuevamente de este y desaparece. Si nos mantenemos en este proceso, naturalmente dejaremos de lado todo lo externo y seremos uno con nosotros mismos. Éste es precisamente el estado mental durante zazen y el contenido de *hishiryō*.

Hishiryō no es alcanzar un estado trascendental de la mente a través de la

meditación o entrar en un estado carente de pensamientos e imágenes. No se trata de permanecer en un estado repleto de impurezas y falsas creencias ni tampoco implica el pensamiento que discrimina. Esto es lo que DogenZenji quiso expresar al emplear la palabra *hishiryō*. Este concepto fue transmitido con firmeza en el *ZazenYojinkide* KeizanZenji. Así que, en la tradición Soto Zen, ahora hacemos hincapié en *hishiryō* como un estado de la mente durante zazen.

Escrito originalmente en japonés por el Rev. TairyuTsunoda.

Traducido al inglés por el Rev. IsshoFujita

Asistido por el Rev. TonenO'Connor y el Rev. Zuiko Redding

Agosto de 2013: Nuevo editorial “Términos básicos esenciales de la enseñanza Soto Zen” - Hishiryō (pensar sin pensar)