

La práctica real del Camino del Tao

por Karma Yeshe Yiatso

La práctica rigurosa y la aplicación del Taoísmo a nuestra vida cotidiana requiere de la clara comprensión de una serie de principios y actitudes clave.

En primer lugar tenemos que saber lo que es el mismo Tao, como Principio Absoluto que todo lo abarca y todo lo impregna.

El Tao es eterno e infinito, y por tanto, no podemos limitarlo a definiciones o a meras explicaciones humanas.

Al igual que para los cristianos su meta es la unión con Dios, y para los budistas el logro de la Perfecta Iluminación, para el Taoísta el logro supremo del espíritu es la fusión con el Tao, la unificación mística con el Misterio Ultimo, que a veces es llamada “el retorno a la Fuente”.

Definiremos lo mejor posible el Tao, sabiendo de antemano que ninguna palabra puede reflejar la experiencia interna de nuestra unión armoniosa con él.

Los taoístas amamos el Tao en sus dos vertientes o manifestaciones: la invisible y la visible. Cada fenómeno y cada ser tienen su Tao, su poder inherente y una cualidad sagrada que por lo general, pasa desapercibida a los ojos del profano. Y detrás de lo visible está el Tao silencioso, el Misterio indescifrable, lo que es verdaderamente eterno detrás de los cambios aparentes.

Este Tao invisible no puede vivirse ni realizarse con los estudios o los discursos; sólo puede revelarse al corazón en el silencio de la meditación y en la serena contemplación de la naturaleza pura.

Esta es la práctica real del camino del Tao.

El del Tao es un camino muy sutil, no es algo que se pueda entender con la lógica de los conceptos. La senda del Tao es un camino oculto, es la práctica real de una vida profunda.

Comprender vivencialmente lo que es el Tao, es la primera puerta para entrar en el Camino.

Estar armonizado con el Tao no es más que comprender tu propia vida.

El Tao tiene todas las formas y no tiene ninguna, contiene a todos los objetos por igual, y en su regazo está la esencia latente de todo lo que tiene que venir a la existencia.

Sólo cuando uno está en contacto con el misterioso Tao, que está más allá de toda cosa existente, puede uno comprender cómo vivir su propia vida. Si uno está en armonía con

el fluir del Tao, todas nuestras preguntas tendrán sus precisas respuestas cuando llegue el momento.

Y aunque el Tao no puede ser comunicado, aún así se comunica El mismo a su manera. Cuando llega el momento adecuado, incluso alguien aparentemente ignorante despierta milagrosamente a la verdadera sabiduría.

El placer y la ira, la tristeza y la alegría, las esperanzas y los arrepentimientos, el cambio y la estabilidad, la debilidad y la decisión, la impaciencia y la pereza de nuestras vidas humanas, son todos sonidos de la misma flauta, todos son como setas de la misma Madre Húmeda. Pero... ¿cómo podemos comprender qué es lo que produce todo esto?

Que actúe un poder como el del Tao, es algo en lo que yo creo con una fe absoluta, pero no puedo ver su forma, pues él actúa, pero no tiene forma ¡Contiene todas las formas!

El ser humano nace en el Tao, y si la humanidad nacida en el Tao se hunde en la profunda sombra de la quietud, para olvidar la agresión y las preocupaciones, no le falta de nada, su vida es segura.

Por ello, todo lo que necesita el sabio es perderse en el Tao. Curiosamente, el Tao está en todas las cosas, y su conocimiento está envuelto en espíritu. El Tao se hace Grande e Infinito, abriendo un Gran Corazón para todas las cosas y para todos los seres. El Tao es un refugio para el mundo.

El que capta la verdad, irá como el Tao: sin ser visto, se moverá como la propia vida, sin nombre ni hogar. El que vive el Tao es una persona simple, sin distinciones. Por su apariencia, el sabio es un tonto; sus pasos no dejan huellas, no tiene poder alguno, no logra nada, carece de reputación, y dado que no juzga a nadie, nadie le juzga a él. Así es el hombre perfecto que practica el Tao: está como vacío.

Toda la práctica gira en torno a la vivencia del Tao. Es algo muy parecido a la devoción de un cristiano a Dios, y al respeto reverencial de un budista al Buda.

Debemos saber y recordar que el Tao es anterior al Cielo y a la Tierra. El Tao inexplicable, lo que no tiene nombre (WU-MING), es el principio de todos los seres.

El Tao permanente y eterno nunca puede ser expresado por palabras, pero el hombre sabio, aún conociendo la cualidad misteriosa y oculta del Tao, se conecta con El, lo ama y lo adivina al contemplar las cosas y los seres.

Más allá de nuestra mente crítica que juzga a unos y a otros, podemos ver al Tao actuando en cada persona que miremos en nuestra vida cotidiana. Realizar el Tao es amar y sentir el Misterio, pero sin apartarse de la vida y de las pequeñas cosas, que son emanaciones de ese mismo Tao.

Practicamos el Camino del Tao cuando aceptamos todos sus ciclos, cuando confiamos en todos sus cambios y al reconocer que a la larga, todo acaba desembocado en el equilibrio universal.

Todo lo que no admitimos o rechazamos en la realidad de nuestra vida, proviene del hombre ordinario, de la personalidad del ego que se deja llevar por los gustos y los disgustos.

Si confiamos en los flujos del Tao, sabremos que incluso en los peores momentos, el Gran Tao nos está guiando, protegiendo y enseñando lecciones necesarias.

Cuando menos lo esperamos, nuestra situación Yin se convierte en Yang, y vuelve a relucir nuestro equilibrio y nuestro buen ánimo. Esto se comprende amando al Tao y a sus ciclos, confiando en sus movimientos.

Para conectarnos con el Tao, podemos meditar con los ojos abiertos contemplando un bello paisaje natural, o podemos practicar técnicas concretas de visualización, como por ejemplo, sentarse con las piernas cruzadas, e imaginar que la energía del Tao entra por nuestra coronilla al inspirar suavemente el aire, y procurando quedarnos vacíos de pensamientos en la exhalación. Estas sencillas técnicas son modos excelentes de vivenciar el Tao en nuestro espíritu, siempre y cuando las practiquemos con constancia y durante el tiempo suficiente.

Así los antiguos taoístas se recogían en la unión íntima con el Tao realizando profundas meditaciones.

Desde tiempos antiguos, los seguidores del Tao realizaban ayunos, purificaciones y ofrendas para llevar a cabo sus rituales y ceremonias de unión con el Tao, lo que implicaba siempre una armonización entre el macrocosmos y el microcosmos del ser humano.

El Principio Absoluto del Tao se vive, por consiguiente, en la unión del pensamiento, de la emoción y de las actitudes del cuerpo con la totalidad del acontecer universal.