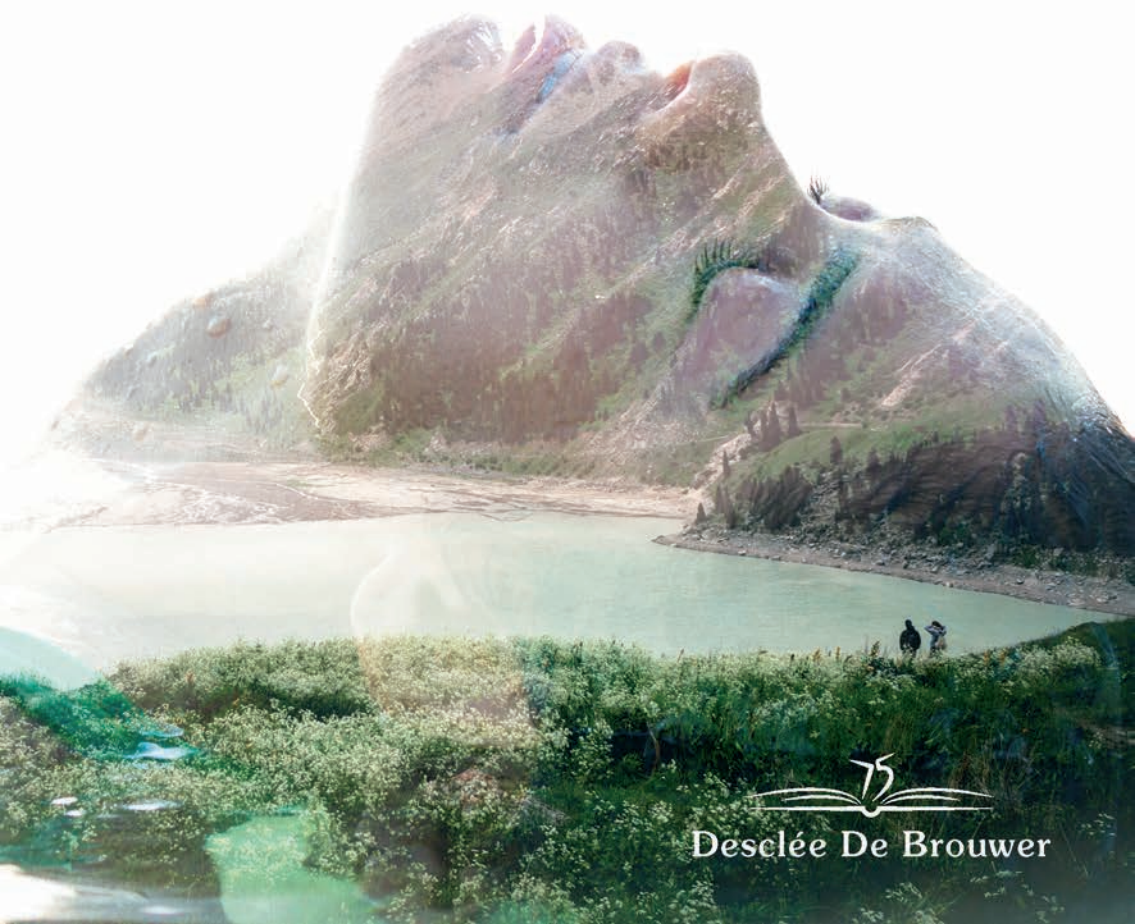


Rafael Redondo

EL MILAGRO DE VIVIR DESPIERTO

Ser nadie, cumbre de la madurez




Desclée De Brouwer

Rafael Redondo Barba

El milagro de vivir despierto

Ser nadie, cumbre de la madurez



Desclée De Brouwer

© Rafael Redondo Barba, 2019

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 2019

Henao, 6 - 48009 Bilbao

www.edesclée.com

info@edesclée.com

Facebook: EditorialDesclee

Twitter: @EdDesclee

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos

–www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Printed in Spain

ISBN: 978-84-330-3080-1

Depósito Legal: BI-2340-2019

Índice

Sobre el autor	13
Prólogo de Teresa Guardans	15
Prólogo del psicoterapeuta Francisco Elizalde	19
Presentación	23

I DES-PRENDERSE

Introito	27
Desprendimiento y liberación	37
Desprenderse del cuerpo y de la mente	39
Ante los acantilados de Zumaya	41
Más allá de todo deseo	43
Desprenderse del miedo	47
Soltarse	51
...Igual que se desprenden los copos	53
Tangible in-presencia	55
Soltar, soltar, soltar... y más soltar	57
Despertar	61
Desasimiento renovado	67
Seguir soltando presa	71
Transformarse en poema	73

EL MILAGRO DE VIVIR DESPIERTO

Bajar del pedestal	75
El valor de des-aparecer	77
El secreto de ser nadie	79
Ser nadie, cumbre de la madurez	83
Más allá del amor y de la muerte	87
Vive, vive.	89
Mi yo, ese delirio ensimismado.	91
Las plantas, desasidas de cobijo.	93
Cauterio suave	95
¿Quién soy?	97

II

RE-ENCONTRARSE

Introito	101
Un nuevo corazón	105
Lo profundo es el aire	109
Atravesar el límite	111
Ligero vuelo.	113
Des-ocuparse para dejarse ocupar	115
Sin modo en lo sin modo	117
Estado de inocencia	119
Génesis	123
Como temblor, la vida	125
Exiliarse de sí.	129
Solté la mochila y me detuve	133
Abandono del cuerpo-mente	137
La sola sensación de existir.	139
El milagro de vivir despierto.	141
Dejar a un lado lo que (dicen) que soy	145
Creación	149

ÍNDICE

III

JESÚS, MESÍAS DE LOS PROSCRITOS

Introito	155
Amar a nuestro prójimo como a nosotros mismos	157
El mundanal silencio	161
"...Pues tan amigo de rendidos eres..."	163
Lo vio muy claro.	165
El espíritu de la vida.	167
Evidencia paradójica	169
El amor ha prendido en el mundo.	173
El dios de los proscritos	175
No fue un moralista	179
El sueño del proscrito Francisco de Asís	181
Mínimo y dulce Poverello	185
Ese cuenco vacío, morada del maestro Eckhart....	189
El sueño del proscrito Meister Eckhart	193

IV

APÉNDICE

EXPERIENCIAS DEL SER

Introito	199
La experiencia de Frigtof Capra	201
La experiencia de una practicante de yoga	203
La experiencia de una psicoterapeuta, practicante zen en Ipar Haizea	209
La experiencia de Miguel de Unamuno	211
La experiencia de una maestra zen alemana	213
Un bello texto experiencial del poeta Caudio Rodríguez.	215
La experiencia de un maestro budista	217
Coda final	219

Sobre el autor

Rafael Redondo nace en Begoña-Bilbao el 9 de mayo de 1941. Estudia Filosofía en Derio, tras sus estudios en Deusto y Salamanca, se licencia en Filosofía y Ciencias de la Educación (rama de Psicología Clínica) y se doctora en Ciencias Políticas y Sociología (rama de Psicología Social). En 1966, a los veinticinco años, es contratado como profesor en la facultad de Sociología de la Universidad de Deusto, y en 1973 en la facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación de la misma universidad. Fue Jefe de Formación en el BBVA, técnico en varias consultorías y Director de Formación en el Hospital Psiquiátrico “ARGIA”, de Algorta (Bizkaia). Imparte numerosas conferencias, habiendo sido articulista y columnista en diversos periódicos principalmente del Norte de España siendo autor de diecisiete libros relacionados con la espiritualidad y treinta y seis artículos científicos relacionados con la Psicología Social, el Psicodiagnóstico de Rorschach, la Filosofía de la Ciencia y la práctica del Zen. Sobre el Test de Rorschach, que explicó en tres universidades, ha escrito numerosos trabajos, considerándose en su tiempo un referente nacional. En el año 1983, gana la oposición a Profesor Titular y Catedrático de Escuela Universitaria en la Universidad del País Vasco, donde permanece hasta 2006, fecha en que abandona voluntariamente la Universidad para, según la orientación del maestro Willigis Jäger, dedicarse a *introducir a otras personas al Zen y acompañarlas en su camino (sic)*.

En 1996 obtuvo el segundo premio del Certamen Nacional de Poesía “Imagínate Euskadi”, con su trabajo “Margen Marginalda”, referido al desmantelamiento industrial de la Margen Izquierda del Nervión. Como poeta es autor de los poemarios “El sonido del Silencio”, “Ver” y “Silencioso decir” siendo, por otra parte, pionero en implantar la meditación Zen dentro de un programa de Terapias Alternativas (Terapia Zen), dependiente de la Universidad de Deusto y del Servicio de Psiquiatría del Hospital Civil de Bilbao.

En 2004 fue reconocido en Alemania Maestro Zen Asistente por el mismo Willigis Jäger, con quien durante décadas mantuvo una intensa y profunda relación, rodeada de calidez, hasta la desaparición de Willigis como guía y cambio de rumbo de la escuela; siendo entonces cuando Rafael abandona voluntariamente, y no sin dolor, la línea fundada por el maestro alemán y con ella, también voluntariamente, su condición de Maestro Asistente. La temperatura cálida y libre de aquella primera, relación personalizada se vino abajo oscurecida bajo lo que nuestro autor bautiza como “la sombra de las organizaciones”.

En septiembre del año 2012, David Brazier, máximo representante de la Escuela Tierra Pura en Europa, toma la iniciativa de trasladarse a Bilbao para compartir vivencias con Rafael, y en nombre de la citada Escuela –la más numerosa de Japón–, Rafael, pese a su declarada condición de no budista, fue reconocido Maestro del Dharma con todas las consecuencias prácticas que ese nombramiento implica. En el atardecer de su vida, vacío y libre de toda organización jerarquizada, atiende a la floreciente Shanga Ipar Haizea, en Bilbao.

Prólogo de Teresa Guardans

Para poder ver de verdad el mundo –la vida–, hay que correr el velo de irrealidad que lo convierte todo en un escenario de teatro hecho a nuestra medida –escribía Simone Weil–. Tan a medida, que cada uno de nosotros se ve en el centro de la escena, protagonista absoluto de la representación, pendiente en todo momento de ganarse el aplauso del público. Un error de percepción que nos mantiene siempre cautivos del personaje, ignorantes y sordos al verdadero latir de la existencia.

Y mientras confundamos la escena con la realidad, ¿qué posibilidad hay que acertemos a correr el velo? Repitiendo un día tras otro nuestro papel, ¿es que ni tan siquiera se nos ocurre! Pero... Quizás una rendija en algún rincón deja pasar algo de luz, quizás una voz nos invita a poner en cuestión la solidez del suelo sobre el que nos movemos, quizás...

Si en algún momento, leyendo las páginas que tenemos entre manos, sentimos que algo se mueve en nuestro interior, volvamos a aquella frase que ha provocado alguna reacción, o a aquel párrafo que desprende un sabor de no sé qué, no lo dejemos escapar, invitémosle a quedarse con (y en) nosotros. Porque son esas palabras, que brotan de quienes han visto y comprendido, las que nos brindan una oportunidad de salir de un cerco cerrado y

opaco; son ellas las que pueden ayudar a despertar la conciencia dormida. Como lo hace la voz de Rafael Redondo, avisándonos una y otra vez de la confusión en la que vivimos: “descúbrello, ahora, aquí, ‘haciendo a un lado’ la mentira de tu falsa identidad, mira, mira, mira, siente, observa cómo estás preñado de lo Real”.

No se cansará de insistir, de esforzarse por hablar de lo que no se puede explicar, por orientar nuestra mirada hacia esa Fuente de Vida para la que no hay razones ni medidas, la que nos permite reconocer la pequeñez en la que andamos encerrados sin saberlo. Y si a esas palabras les damos tiempo y espacio, puede suceder que se abran camino hasta lograr prender la chispa, hasta que algo en nosotros finalmente asienta, reconozca su verdad, la posibilidad de ser a la que apuntan. Y cuando eso se da, algo muy grande se nos ha regalado. Y solo podemos sentir agradecimiento hacia el esfuerzo pedagógico de quien sabía de antemano que... “conocer la antorcha que fulge en nuestro fondo es la educación real y no la información cotidiana de toneladas de contenidos desustanciados”.

¿Y luego qué? ¿Cómo seguir? Preocúpate solo de apartarte del centro de la escena –parece decirnos Rafael–. “Si tienes el valor de quitarte de en medio, puede llegar un día...”. Quitarse de en medio o “soltarse de una realidad fingida” a la que nos aferramos. Pero... (¡otro “pero”!), desprenderse del disfraz no es tan sencillo. Mejor andar avisados desde el inicio, preparados a ir soltando capas sin desanimarse. “Una de las experiencias, quizá la principal, que en mi vida he podido sentir como verdadera liberación ha sido, sigue siendo –nos dice– el proceso nada fácil de aprender a desprenderme de mí mismo, ahí sigo”.

Se trata de un ejercicio que nadie puede hacer por otro, ¡pero qué distinto es poder andar en compañía! Surge otra vez

el agradecimiento hacia quien pone su experiencia al servicio de los demás, permitiéndonos así andar acompañados de una voz amiga y maestra que no deja de avisar: sigue, no te detengas, no te conformes con menos que con la Vida. No esperes atajos, ni recetas prefabricadas. Porque no las hay. Y de nada serviría hacer una lectura rápida del texto buscándolas.

No, no es texto de lectura rápida sino de meditación pausada, día a día, fragmento a fragmento. De nuevo insistiría en darle tiempo, en prestarle toda la atención, un día y otro, y es así como se va convirtiendo en alimento para la comprensión y va fortaleciendo el ánimo. Clarifica, despeja dudas, pone en evidencia aciertos y errores. Invita a profundizar más y más en la que se anuncia como la clave del proceso: el desasimiento. “Debo decir que el desapego es el pilar de la más profunda libertad –subrayo aquí la condición de *profundidad*–, la piedra angular de quien se aventura en la pasión de vivir, vivirse y desvivirse como artista de la vida”.

Esa convicción es la que va dando vida y forma a cada lección, a cada apunte, exprimiendo cada palabra que pueda servir para orientarnos: soltar, soltarse, desprenderse, desaparecer. Desasirse. Desnudarse. Desaferrarse. Abrirse de par en par. Hacerse disponible... “Des-ocuparse para dejarse ocupar”, sin más. ¡Ni menos!

Esa es la libertad que se nos ofrece, la de poder Ser. Un darse de bruces con lo que somos que solo puede consistir en infinito amor e interés por todo y por todos, ya que al dejar de ocupar el centro de la escena, es el respirar del universo entero el que nos respira. “Quien despierta a la sensación de ser, es uno con el mundo, con los mares, con el Universo”. “Hacerme disponible al Ser, a todos los seres en el Ser. Ser es Amor, la experiencia de ser es radicalmente Amor”.

Insisto. No son páginas para la lectura rápida, en diagonal, a la que estamos tan acostumbrados en estos tiempos. Ni Rafael Redondo está esperando nuestro “me gusta”... Si hace el esfuerzo de escribir y de compartir es para invitarnos a vivir de verdad, acompañándonos en el caminar diario. Clarito nos lo dice:

“No me importa perder la vida, si me hallo en el ser. Y eso lo deseo para ti, porque, sencillamente, te amo”.

Y solo queda agradecerse una vez más y aprovechar, una a una, sus lecciones.

Teresa Guardans

Prólogo de Francisco Elizalde

Se enseña en los estudios de Psicología (o se debiera enseñar) que los humanos tendemos a acumular y almacenar cosas ¿Cosas como qué? Piedras, cortezas, méritos, refranes, instrucciones, ropas, muescas en el revólver... cantidades numerables y siempre incrementables: tantos goles, tantos viajes, tantas jaculatorias, tantos coitos, tantos recuerdos, ¡incluso tantos y cuantos olvidos!

Sin pretenderlo, construimos con ello una coraza hacia nuestro interior y una muralla contra lo que nos rodea. Los mitos del Laberinto hablan a fondo de esto. Y nosotros dedicamos la existencia a vagar entre lo almacenado, y nos decimos que con tanto como tenemos y tan a buen recaudo como lo ponemos, seguro que podemos vivir seguros. Más allá de la muralla, mientras tanto, está la interminable creación del mundo, nuestra herencia y nuestros almacenes de los que podemos tomar cuando lo necesitamos cualquier posible cosa que necesitemos.

Hay laberinto, bien lo sabemos quienes vivimos ahogándonos en su trazado, y no tiene salida.

Y hay poetas que un día se han visto fuera del laberinto. Hui Neng, Gilgamesh, Juan de Yepes, Eckhart de Hochheim...

Asombrados y alumbrados se convierten en profetas y adoctrinan a todos los que pueden pasándoles las instrucciones, los itinerarios que a ellos les llevaron, asombrosamente, fuera de aquella negrura.

Comparando esos mapas, vemos que no hay dos iguales –ni dos distintos–, pero ellos gritan, insisten: ¡dejaos de andar comparar cosas!, ¡poneos en marcha ahora mismo! ¡seguid la senda, no os quedéis en vuestras zonas de sopor, venid, aunque ni os podáis imaginar lo que se siente aquí afuera, confiad, tomad el hilo, seguid el hilo, poneos en marcha ahora mismo!

Rafael Redondo comparte en estos tratados el hilo de Ariadna tal como él lo siguió. Habla de des-asirse, de des-poseer, de des-prenderse, de prestar atención a las variaciones de nuestra vida consciente, porque, ahora, o luego, termina sacudiéndose y soltando, porque se siente antinaturalmente incómoda aquí adentro.

Y mientras leemos, decimos: “Soltar, soltar... ¡se dice fácil...!”.

Y Rafael nos responde: “Pues hacerlo es más fácil todavía. Con no pretenderlo, ¿verdad?, ello solito se va haciendo, se va deshaciendo”. “No pretenderlo, se dice fácil, ¿cómo se hace eso?”.

“Pues así y asá”. Y eso es lo que en este libro expone, capítulo tras capítulo.

Nos cuenta Rafael que da oídos a lo que se dice en la lluvia, en un cuenco vacío, en las brumas, en el cráter de un volcán, en el desierto, bien lejos del oasis. En copos de nieve mientras caían, en medio del fárrago –¡nos va la vida en ello!–, en los acantilados de Zumaya, en el Sutra de la Prajna Paramita...

Eso que oye y siente y nos cuenta es historia eterna. Nos lo cuenta todo, porque en lo que nos cuenta, quedarse con algo es inviable. Nos cuenta cómo, o donde, o de qué nace el afán.

Para que aprendamos como se da, da él el primer paso del afán por la ruta de las Mil Millas (“no lo damos, simplemente dejamos de estar, de estar en nuestro eterno no estar, y es entonces cuando ya lo estamos dando...”).

A quienes tenemos un temple ardiente y expresionista, nos enseña a ilimitarnos hacia abismos y cumbres; y a los de temple de rescoldo, nos indica el viento, el arroyo, los guijarros. Piensa en todos y allende todos: no hay alguien, ni lo hubo ni lo habrá, sin un camino a su medida, a su tenor: un espíritu que se derrama sobre toda carne. Eso nos dice.

Repasemos juntos las etapas que nos pronostica, que son de las que no se saben hasta después de haberlas dejado atrás: desprenderse. Liberarse. Soltar cuerpo y mente. Más allá del deseo. Y a no competir. Desprenderse del miedo. Tener el valor de sentarse en silencio. Lo tangible y la no-presencia. Soltar, soltar, soltar. Despertar. Despertar al quién soy yo. Cruzar el umbral y entrar en lo inédito. Abrirse paso hacia el Ser. Desasirse. Soltar presa. Transformarse en poema. Aquello que en el fondo soy. El valor de des-aparecer. Cambiar de casa. El secreto de ser nadie. Más allá del amor y de la muerte. Ser uno con el universo. Hasta la propia extinción... Un comprometerse con la vida y con la muerte, para la vida y para la muerte. De eso se trata y de eso tratan estos tratados que Rafael Redondo ha re-unido en esta obra.

Así que es este un libro ambiciosísimo. Quiere decir absolutamente todo lo que da de sí el misterio del Ser. En los horizontes y en los resquicios se detiene, mientras es transportado por ese viento que deja tras de sí el galope del invencible corcel de la Nada. Y va soltando palabras, –intentos de poner el vacío en palabras; y así, soltando –hojas, palabras, ambiciones–, despoja, pela, desnuda. Y cuanto más desnudo, nos asegura, menos frío, menos miedo, menos laberinto. Lo dice desde su casa,

EL MILAGRO DE VIVIR DESPIERTO

bien, claro, “La lluvia, como la meditación, se desprende sobre la noche de Bilbao, mansa, indiferente, mientras yo escribo y atestiguo esa grandeza como quien oye llover...”.

Francis Elizalde

Presentación

Porque Tú callas, me obligas a decirte con palabras de humilde trovador: narrarte a Ti desde un callado “así sea”; a Ti, la alta, la insondable, noticia. Noticia que es dictado, sencilla transcripción de embriagado amanuense que no sabría hablar si él mismo a su vez no fuera hablado.

¿Qué puede escuchar un oído –se pregunta Juarroz– cuando se apoya en otro oído?

Algo habló en el silencio –clamaba Paul Celan–, algo calló, algo se fue por su camino.

Observar el sonido del silencio, es constatar que no hay nada que alcanzar. Detectar que solo ese ser silencioso merece el sin-nombre del nombre del Dios que es padre y madre. Comprender que solo el Ser es y que vivir semejante comprensión es vibrar de los pies a la coronilla, más allá de los límites de la piel... eso es la liberación. Vivir un gran amor.

Y tarea nuestra es rescatar la inocencia del asombro en el desnudo eco del silencio que palpita en el corazón del ruido; el que quiere decirse, narrarse, desde nuestro más profundo capilar; porque tarea nuestra es saber catar la elocuencia de ese gran poema ajeno a labios, rimas y fonemas; saber saborear con el

oído mudo la intacta sinfonía de la Nada, fondo sin final del lecho del Vacío que pugna en cada instante –el que insta e interpela– por abrirse a cada forma acontecida por todo el Universo. Y hacerse forma en cada forma. No estamos solos, que Alguien nos empuja.

Este libro, nacido del silencio y la soledad, es un libro de contemplación, he seguido en él la misma inquietud de ser que evoca en mis entrañas una presencia cada día más inequívoca y certera. Si por azar este trabajo distrajera la mirada de una mente objetivizante, como la que dominó mi existencia y mi quehacer durante décadas, la que ocluye toda posibilidad de vibración interior, le invité desde aquí a que se sostenga, permanezca en “eso” que, latiendo en los latidos de sus más profunda arteria antecede a su juicio y sus palabras: en ese aliento atrás de todo lenguaje y toda lengua; que se incline y se abra a la escucha donde se oye el canto de la luz y se asome a escuchar el susurro que alienta en el aliento del verdadero entendimiento, sus verdaderas fuentes como antorchas, y que las oiga cantar, y que juntos las cantemos en el continuo renacer del Ser que nos tiene, nos mantiene y nos sostiene en esa alegría, la que no pasa como un film, la no sometida al vaivén de las circunstancias ni albur de los momentos...

*Antes de andar, descázame de todo lujo.
Desnúdame hasta del lujo de la desnudez...*

*La Nada, tu espacioso espacio, Dios,
me empuja a derretir incluso la conciencia de ser nada;
a desnudarme, o más claro: a desanudarme...*

*La Nada, fundamento del Dios que nos palpita,
el Dios que tú eres, el Dios que no se endiosa.*

I

Des-prenderse

*¿Por qué acallar el estampido que no calla,
de Aquella que seduce,
de Aquel que nos abraza...?
¿Por qué acallar
ese continuo exceso de evidencia?*

Introito

Estás buscando una experiencia: Dios, la Belleza... esto significa que ves lo que estás buscando como un objeto. En ese caso: explora simplemente quién ve. Cuando explores realmente, comprenderás que buscas a quien ve. Es el camino más directo, si es que se puede hablar de camino.

Ten claro que lo que estás buscando nunca puede ser un objeto, porque tú eres lo que estás buscando, así que no podrás verlo ni comprenderlo nunca: solo podrás serlo. Serlo significa que no hay una interpretación, una idea acerca de ello. Estarás libre de conceptos. Cuando la mente llega a esta situación, se aquieta. Hay una suspensión. Todas las ideas sobre ti, todos tus atributos deben suspenderse. Entonces te encontrarás en una suerte de desprendimiento. Tú eres ese desprendimiento, esa presencia libre de atributos. De manera que sé eso, completamente en sintonía con ello.

(Jean Klein)

La belleza simplemente es; no se inventa, menos aún se aprende, no es una asignatura. Y en el ser humano, la belleza se da sin intención, simplemente, *se es*. Nadie, por muy erudito y documentado que fuere, o por muy instalado que se hallara en la más prestigiosa cátedra universitaria, podrá transmitir la belleza, ya que esta no se cede; en el mejor de los casos, y no siempre, se contagia. Pero nadie jamás podrá contagiar la belleza sin que previamente se haya experimentado a sí mismo en el silencio de su más profundo seno. La belleza no es exterior sino que –y en el mejor de los casos– se exterioriza cuando no se pretende hacerlo. Sus raíces no emergen de las cosas, ni en el rotar del pensamiento ni de los más sugestivos sentimientos, ni es fruto de las más atractivas ideas. Su residencia se halla instalada bastante más allá, que es el hondo acá. En tal sentido, puedo decir y repetir que durante cuarenta años de docencia universitaria, a excepción de un sabio y humilde bedel, de nombre Leonardo Sarasketa, jamás hallé dentro de los muros universitarios un solo maestro de la vida que suscitara la lucidez de la belleza.

La belleza trasciende el gusto del más acreditado crítico de arte, que tan solo sabe hablar desde el baúl de los conocimientos acumulados en criterios aprendidos. He conocido a grandes profesores, caballeros de gesto muy pulido y refinado, sí, de mente ingeniosa y porte cultivado, muy capaces de comunicar cultura pero no así de contagiarla, virtud reservada al sabio, que sabe deambular humilde y silencioso por territorios incultivables.

La belleza está libre de todo pre-juicio; en eso se parece al amor. Habita más allá del juguete del pensamiento o del capricho pasional de las escuelas de arte, porque la belleza es nuestra innombrable esencia y ninguna mente podrá medirla, ni palabra alguna formularla o con imágenes imaginarla: La belleza, simplemente, se es.