

El tejido de la consciencia profunda, Patrick Pargnien

De [Antonio](#) - [noviembre 06, 2025](#)



El tejido de la consciencia profunda

Cuando nos entregamos, absortos en la práctica, desaparece la separación entre el practicante y la práctica. Desaparece la separación entre la respiración y la persona que respira. En la absorción, estos límites se disuelven. Simplemente existe la respiración. Simplemente existe zazen practicando *zazen* (1), es decir, el tejido de la consciencia profunda que guía nuestra existencia en este momento.

Al permitir que Eso suceda en nuestro interior, el curso diario de nuestras vidas también puede ser guiado por la trama de la consciencia profunda y no por la dualidad, por el proceso de la dualidad. Confiarse a la práctica es, a través de esta entrega, permitir que la práctica nos transforme.

Metamorfosearnos en el sentido de permitirle liberarnos de esta creencia, de esta idea de que somos solo un yo, una identidad separada y autónoma confinada únicamente dentro de los límites del cuerpo. Estas fronteras que también determinan la creencia en la separación, la separación de lo que se percibe, ya sea el otro como ser humano o el otro en tanto que realidad de la vida.

Confiarse a la práctica es permitir que la comprensión interna de que este yo, esta identidad, es insustancial, es decir, interdependiente con todo lo que existe. Es de esta realización que una comprensión profunda puede surgir: Que los límites, la separación entre el otro y yo, entre sujeto y objeto, son ilusorios. De esta comprensión intuitiva de que somos no-dos es de donde surge el amor incondicional, de donde pueden surgir las cualidades inherentes a todos los seres, como la compasión y la bondad. Esto se puede realizar porque es precisamente una realidad inherente al ser. Estas cualidades inherentes al ser —amor, compasión y bondad amorosa— que surgen de esta comprensión intuitiva de la no separación y la no división, son el camino del *bodhisattva* (2). Son la trama del tejido, la esencia misma de una *Sangha* (3). Por eso la Sangha es un tesoro. El tejido de la conciencia profunda es amor y alegría, sabiduría y paz.

La mayoría de nosotros vivimos en la superficie, entre las olas, sin comprender que el amor, la alegría, la sabiduría y la paz residen en nuestro interior. En el camino espiritual, es fundamental abrírnos a la realidad de que ninguna condición externa puede brindarnos ni hacernos experimentar este amor, esta alegría, esta sabiduría y esta paz de forma profunda y “duradera”.

El tejido de la conciencia profunda es lo que, en el zen, al menos en la terminología japonesa, llamamos conciencia *Hishiryo* (4). La conciencia que no se aferra ni a la forma ni a la no forma. Una conciencia que no se aferra ni al pensamiento ni al no-pensamiento. Una conciencia que no se aferra ni al ego ni al no-ego. La conciencia que no se aferra ni al mundo fenoménico ni al vacío. Uno de los beneficios, uno de los dones esenciales de la práctica espiritual del zazen, es que abre la puerta a esta conciencia. En este sentido, es importante confiar y entregarse a la práctica. La práctica que nos permite comprender lo que siempre hemos sido. La práctica que permite que la inteligencia del corazón se manifieste en nuestro interior y percibir que esta luz jamás ha dejado de brillar. Lo que Wanshi también llamó «el canto de la iluminación silenciosa».

El canto de la iluminación silenciosa, este canto de la práctica espiritual de zazen, que no es solamente el zazen sentado frente a una pared, sino zazen de cuerpo-mente indivisos. La melodía de la práctica de zazen impregna cada instante de nuestra existencia. Y esto es importante porque si no cultivamos la consciencia, la presencia, dentro de nosotros mismos, en los demás, hacia el mundo, existe una alta probabilidad de que un día, incluso una vida entera, no sea más que una sucesión de reacciones mecánicas. Así pues, en este momento, asegúrate de que hasta la menor parcela de ti esté involucrada en la práctica, es decir, comprometida en la realidad viva de cada instante. Vigila en cultivar esta firme intención de estar intensamente presentes. Estar intensamente ahí presente es permitir que esta preciosa fragancia de la *Vía* (5) impregne cada momento de nuestra existencia. Esta preciosa fragancia que no tiene ni principio ni fin. Esta preciosa fragancia que no se define ni por el nacimiento ni por la extinción. Esta suave fragancia de la *Vía*, esta preciosa fragancia del Camino que simplemente es.

Así pues, ya sea en la práctica de la meditación sentada o en los diversos fenómenos que encontramos en la vida diaria, en lo cotidiano de nuestra existencia, seamos la profundidad del océano imperturbable, inalterado por las olas que se forman y cambian en la superficie.

¡Te deseo una hermosa práctica!

De corazón a corazón, Patrick

Traducción Antonio Arana Soto, Dojozen Genjo Pamplona/Iruña

GLOSARIO:

1.- Zazen: Dhyana en India, Chan en China, Zen en Japón, meditación más entendida como contemplación, realización de la última realidad, Conza delante, zazen, simplemente sentarse. Práctica gracias a la cual Shakyamuni despertó y fue el Buda (el despierto)

2.- Bodhisattva: Ser del despertar, ser que aspira a la liberación para acompañar a todos los seres en el camino del despertar. No permanece enganchado a los fenómenos u objetos de apego por sabiduría, ni en el nirvana (la extinción) por compasión.

3.- Sangha: Comunidad, hermandad de practicantes, junto con la enseñanza (Dharma) y con nuestra propia naturaleza despierta (Buda), es uno de los Tres Tesoros del zen.

4.- Hishiryo: Hi: más allá, Shirio : pensamiento. Más allá del pensamiento. Pensar desde lo más profundo del no-pensamiento. Pensar sin pensar. Aparece cuando la conciencia personal sigue el orden cósmico.

5.- Vía: Tao, Do, Sendero, Camino de práctica hacia el despertar. Zazen: la vía del medio. Ni vía. ni en medio de ningún sitio en esa hermosa paradoja zen.